

Varmuutta vanhemmuuteen

Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen tukeminen
HYVIpisteen vanhempien vertaistukiryhmässä

Sanna Seppälä
Marja Tiihonen

Opinnäytetyö
Helmikuu 2011

Toimintaterapian koulutusohjelma
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Tekijä(t) SEPPÄLÄ, Sanna TIIHONEN, Marja	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 07.02.2011
	Sivumäärä 58	Julkaisun kieli suomi
	Luottamuksellisuus () saakka	Verkojulkaisulupa myönnetty (X)
Työn nimi VARMUUTTA VANHEMMUUTEEN – VANHEMMAN JA LAPSEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN HYVIPISTEEN VANHEMPIEN VERTAISTUKIRYHMÄSSÄ		
Koulutusohjelma		
Toimintaterapia		
Työn ohjaaja(t) RITSILÄ, Jaana		
Toimeksiantaja(t) HYVIpiste		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea vanhemmuutta sekä vaikuttaa positiivisesti lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen ja vanhemmuuden voimavaroihin. Toimeksiantajana toimi Jyväskylän ammattikorkeakoulun hyvinvointipalvelujen oppimiskeskus HYVIpiste. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää ja laajentaa HYVIpisteen toimintaa sekä monipuolistaa Keski-Suomen vanhempien tukiryhmien verkostoa.</p> <p>Opinnäytetyö toteutui toimintatutkimuksena. Se koostui toiminnasta ja siihen liittyvästä tutkimuksesta. Toiminnallisessa osuudessa suunniteltiin, toteutettiin ja arvioitiin vanhempien vertaistukiryhmä. Ryhmä tarjosi vertaistukea ja mahdollisuutta keskustella lapsen haastavasta käyttäytymisestä. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta tuettiin myös erilaisten kotitehtävien ja käytännön vinkkien avulla. Ryhmään osallistui neljä vanhempaa. Tutkimuksessa selvitettiin vanhempien kokemuksia ryhmästä, millaiset toiminnot ja aiheet vanhempia kiinnostivat sekä miten vanhemmuuden kokemukset ja lapsen kanssa käytetyt ohjauskeinot mahdollisesti muuttuivat ryhmän myötä.</p> <p>Tutkimustuloksista ilmeni, että vanhemmat kokivat ryhmän hyväksi ja onnistuneeksi. Käsiteltävät aiheet olivat motivoivia vanhempien mielestä. Kolmen vanhemman kokemuksen mukaan vanhemmuudessa ja lapsenohjauskeinoissa tapahtui muutosta ryhmän aikana sekä positiiviseen että negatiiviseen suuntaan. Yhdellä vanhemmalla muutosta ei tapahtunut lainkaan.</p> <p>Vanhempien hyvät kokemukset ryhmästä osoittivat, että toimintaa kannattaa jatkaa. Saatuja tuloksia voidaan hyödyntää mahdollisten tulevien ryhmien suunnittelussa ja toteutuksessa HYVIpisteellä.</p>		
Avainsanat (asiasanat)		
ryhmät, vertaistuki, vanhemmuus, toiminnallinen ryhmätyön malli, toimintatutkimus, HYVIpiste		
Muut tiedot		



Author(s) SEPPÄLÄ, Sanna TIIHONEN, Marja	Type of publication Bachelor's Thesis	Date 07.02.2011
	Pages 58	Language finnish
	Confidential () Until	Permission for web publication (X)
Title STRENGTHENING PARENTHOOD – SUPPORTING PARENT-CHILD INTERACTION IN PEER SUPPORT GROUP AT HYVIPISTE		
Degree Programme Occupational therapy		
Tutor(s) RITSILÄ, Jaana		
Assigned by HYVIpiste		
<p>Abstract</p> <p>The aim of the study was to support parenthood and have a positive effect on child-parent interaction and parenting resources. The thesis was assigned by the welfare services learning center HYVIpiste, which operates under Jyväskylä University of Applied Sciences. The purposes were to develop and broaden the business of HYVIpiste and diversify the network of parents' support groups in Central Finland.</p> <p>This Bachelor's thesis was implemented as an activity analysis. It consisted of certain activities and the related research. A parents' support group was planned, implemented and evaluated in the functional part of the study. The group offered peer support and an opportunity to discuss the challenging behavior of children. Parent-child interaction was supported with different homework assignments and practical tips. The group consisted of four parents. The research part illustrated the experiences of the parents in the group, what kinds of tasks and subjects were interesting to the parents and how parenting experiences and child guidance skills possibly changed because of the group.</p> <p>According to the results, the parents had a good experience in the group and they considered the group a success. The parents felt motivated by the topics. According to the experiences of three parents, parenting and child guidance skills changed during the group, in both positive and negative ways. One parent did not experience any changes at all.</p> <p>The parents' good experiences showed that this kind of activity is worth continuing. The results may be utilized in planning and implementing possible future groups at HYVIpiste.</p>		
Keywords groups, peer support, parenting, a functional approach to group work in occupational therapy		
Miscellaneous		

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	4
2	AIEMPIA TUTKIMUKSIA VANHEMPIEN TUKEMISESTA	7
3	VANHEMMUUS	9
4	RYHMÄT TOIMINTAMUOTONA	10
4.1	Viitekehyksenä toiminnallinen ryhmätyön malli	11
4.2	Ryhmistä yleisesti	12
4.3	Vertaistukiryhmät	13
4.4	Ryhmät toimintaterapiassa	14
5	TUTKIMUSMENETELMÄT	15
5.1	Toimintatutkimus	15
5.2	Toimintatutkimuksen reflektiivisyys	16
6	KESKUSTELUA KAHVITELLEN -RYHMÄN TOTEUTUS	17
6.1	Ryhmän toteutus HYVIpisteellä	17
6.2	Ryhmän kehitysvaiheet Howen ja Schwartzbergin mukaan	18
6.3	Ryhmässä käytetty tukimateriaali	23
6.4	Keskustelua kahvitellen -ryhmän suunnitelmat	23
6.4.1	1. ryhmäkerta. Verkostokartta	24
6.4.2	2. ryhmäkerta. Hyvän huomaaminen lapsessa	24
6.4.3	3. ryhmäkerta. Hyvän huomaaminen lapsessa	25
6.4.4	4. ryhmäkerta. Palkintojen käyttäminen	26
6.4.5	5. ryhmäkerta. Rajojen asettaminen	26
6.4.6	6. ryhmäkerta. Jakamattoman huomion antaminen lapselle	27
6.4.7	7. ryhmäkerta. Lopetus	28
7	AINEISTON KERÄÄMINEN JA ANALYSOINTI	28
7.1	Eettisyys	28

7.2	Aineistonkeruumenetelmät	29
7.3	Aineiston analysointi	32
8	TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	33
8.1	Palautekyselyn tulokset	33
8.2	Havainnoinnin tulokset	36
8.3	Johtopäätökset palautekyselystä ja havainnoinnista	39
8.4	Tulokset ja johtopäätökset leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselystä.....	41
9	POHDINTA	45
9.1	Luotettavuuden arviointi	45
9.2	Tutkimuksen ja toiminnan arviointi	46
9.3	Oman oppimisen arviointi.....	48
9.4	Jatkotutkimusaiheet.....	49
	LÄHTEET.....	50
	LIITTEET	53
	Liite 1. Tiedote Keskustelua kahvitellen -ryhmästä.....	53
	Liite 2. Lupa-anomus vanhemmille.....	54
	Liite 3. Palautekysely	55
	Liite 4. Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kysely.....	58

KUVIOT

KUVIO 1. Toimintatutkimuksen eteneminen tässä opinnäytetyössä	17
---	----

KUVIO 2. Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn muutokset ryhmän päättyessä	45
--	----

TAULUKOT

TAULUKKO 1. Taulukko ryhmän muotoutumisvaiheesta Howen ja Schwartzbergin mukaan.....	20
--	----

TAULUKKO 2. Balesin havainnointitaulukko	30
--	----

TAULUKKO 3. Palautekyselyn tulokset.....	35
--	----

TAULUKKO 4. Ryhmätoiminnan toteutuksen tulokset	35
---	----

TAULUKKO 5. Ryhmäkertojen aiheiden tulokset	36
---	----

1 JOHDANTO

Vanhemmuus vaatii monenlaisia tietoja, taitoja ja voimavaroja. Rantala (2002, 23–24) kertoo tutkimuksessaan perheen voimavaroista viitaten Juntusen ja Kratsin (1997) sekä Pelkosen (1994), Raitasalon (1995) ja Tauriaisen (1995) tutkimuksiin. Voimavarojen avulla perhe selviytyy ja hallitsee arkeaan paremmin. Voimavarat voivat olla henkilökohtaisia tai perheen yhteisiä, ja ne voidaan luokitella sisäisiin ja ulkoisiin voimavaroihin. Sisäisiä tai henkilökohtaisia voimavaroja ovat esimerkiksi itsetunto sekä hallinnan, luottamuksen ja turvallisuuden tunteet sekä omat tiedot ja taidot. Ulkoisiin voimavaroihin kuuluvat sosiaaliset suhteet, aineelliset voimavarat sekä työ ja vapaa-ajanviettomahdollisuudet. (Rantala 2002, 23–24.) Voimavarat auttavat vanhempia kehittymään vanhempina sekä välttämään ja selviytymään kuormitustekijöistä. Voimavarojen olemassaolon lisäksi vanhemmat tarvitsevat tietoisuutta voimavaroja lisäävistä ja kuormittavista tekijöistä, jolloin heillä on mahdollisuus käsitellä asioita ja tarvittaessa muuttaa niitä. Vanhemmilla täytyy olla myös kyky ottaa voimavarat käyttöön. (Kangaspunta, Kilku, Kaltiala-Heino & Punamäki 2005, 9-10.)

Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea vanhemmuutta sekä vaikuttaa positiivisesti lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen ja vanhemmuuden voimavaroihin. Aiheina tutkijat kokevat vanhemmuuden ja sen tukemisen mielenkiintoisiksi ja tärkeiksi. Tulevina toimintaterapeutteina he niin ikään kokevat tärkeäksi perheiden tukemisen kokonaisvaltaisesti. Tutkijat ajattelevat, että pulmat perheen sisällä harvemmin johtuvat vain yhdestä perheenjäsenestä. Tämän vuoksi olisikin olennaista huomioida perhettä kokonaisuutena; ja jos halutaan tukea lapsen kasvua ja kehitystä, on vanhemmuuden tukeminen yhtä tärkeää.

Perheiden hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on Jyväskylän ammattikorkeakoulun strateginen painoala (Rönkä & Piippo, 2010). Perheiden hyvinvointia ja terveyttä voidaan edistää esimerkiksi ennaltaehkäisevien palveluiden avulla. Ennaltaehkäisevien palveluiden merkitys korostuu esimerkiksi lapsiperheiden psykososiaalista tukemista koskevassa loppuraportissa. Raportista käy ilmi, että lapsiperheille kohdistetut

erityispalvelut kuormittavat asiakkaista, joilla ongelmat ovat pitkälle kehittyneitä, ja voimavaroja suunnataan jo olemassa olevien ongelmien hoitoon. Lapsiperheiden tilannetta voitaisiin kuitenkin edistää tukemalla perheitä ennaltaehkäisevästi jo lasten ollessa pieniä. (Kangaspunta ym. 2005, 7-8.)

Ennaltaehkäisevistä tukimuodoista, esimerkiksi vertaistukiryhmistä, on paljon hyviä kokemuksia. Paavola (2004) esittelee toimittamassaan kirjassa eripuolella Suomea toimivia vanhemmuutta ja perhe-elämää tukevia hankkeita – pääasiassa vanhempainryhmiä. Vanhemmilta saatu palaute ryhmien toiminnasta on ollut yleensä myönteistä. Erityisen antoisaksi vanhemmat ovat kokeneet ryhmän tuoman mahdollisuuden kertoa omista tunteistaan ja itsestään. (Paavola 2004, 63.)

Myös Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton vuonna 2007 tuottamassa Keski-Suomen hyvinvointitutkimuksessa nähdään vertaistuki yhtenä tärkeänä tuen muotona. Tutkimuksen mukaan sosiaaliset suhteet ja verkostot ovat tärkeitä hyvinvoinnin kokemuksen kannalta. Toimivilla ihmissuhteilla on vaikutusta muun muassa henkiseen vireyteen sekä omiin mahdollisuuksiin ja kykyihin luottamiseen. Julkiset palveluntuottajat tuovat tärkeän lisän avun ja tuen saamiseen, etenkin henkilöille, joiden sosiaalinen verkosto on pieni. (Siltaniemi, Perälähti, Eronen & Londén 2007, 5, 8, 214, 221.)

Edellä mainittujen seikkojen ja tutkimusten mukaan vanhemmuuden tukeminen on ajankohtainen aihe, ja vanhempien vertaistukiryhmät ovat merkityksellisiä ja tärkeitä toimintoja.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Jyväskylän ammattikorkeakoulun Hyvinvointipalvelujen oppimiskeskus HYVIpiste. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää ja laajentaa HYVIpisteen toimintaa sekä monipuolistaa Keski-Suomen vanhempien tukiryhmien verkostoa. Opinnäytetyönään tutkijat suunnittelivat ja toteuttivat vanhempien vertaistukiryhmän HYVIpisteelle. Aiemmin HYVIpisteellä on ollut vanhemmille suunnattua tukitoimintaa hyvin vähän. Kuitenkin tarvetta tällaiselle tukitoiminnalle

on nähty jo pidemmän aikaa, joten vertaistukiryhmän perustaminen oli ajankohtaista.

Opinnäytetyö toteutui pienimuotoisena toimintatutkimuksena, ja se koostui toiminnasta sekä siihen liittyvästä tutkimuksesta. Toiminnallisessa osuudessa tutkijat suunnittelivat, toteuttivat ja arvioivat vanhempien vertaistukiryhmän, jossa oli mahdollista keskustella lapsen haastavasta käyttäytymisestä. Myös vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta tuettiin erilaisten kotitehtävien ja käytännön vinkkien avulla. Ryhmän nimeksi valittiin Keskustelua kahvitellen ja siihen osallistuivat erään HYVIpisteellä toimivan lasten terapeutin pienryhmän vanhemmat. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää vanhempien kokemuksia Keskustelua kahvitellen -ryhmästä, millaiset toiminnot ja aiheet vanhempia kiinnostavat sekä miten vanhemmuuden kokemukset ja lapsen kanssa käytetyt ohjauskeinot mahdollisesti muuttuvat ryhmän myötä. Opinnäytetyöstä saatiin myös kokemuksellista tietoa ohjaajuuteen, käytännön järjestykseen, ryhmäkokoon ja kokoonpanoon liittyen, mikä hyödyttää mahdollisten tulevien vanhempien vertaistukiryhmien suunnittelua ja toteutusta.

Tärkeimmät kysymykset, joihin tutkimuksella haettiin vastausta:

1. Millaisia kokemuksia vanhemmilla on ryhmästä?

2. Millaiset ryhmässä käytetyt toiminnot ja keskustelunaiheet ovat vanhempien mielestä motivoivia?

3. Miten ryhmässä käyvien vanhempien lasten kanssa käyttämät ohjauskeinot ja jaksaminen vanhempana ovat vanhempien näkemyksen mukaan muuttuneet ryhmän myötä?

2 AIEMPIA TUTKIMUKSIA VANHEMPIEN TUKEMISESTA

Tutkimuksia, jotka keskittyvät vanhemmuuden tukemiseen on tehty melko paljon. Tähän päälukuun on koottu tutkimuksia Perhekoulusta, jonka käsikirjaa on hyödynnetty opinnäytetyön toiminnallisen osuuden suunnittelussa. Lisäksi luvussa käsitellään tutkimuksia varhaisen tuen vaikuttavuudesta sekä vanhempien kokemuksista ryhmätoiminnasta ja sen hyödyistä.

Perhekoulua ovat tutkineet muun muassa Salmi sekä Katajisto ja Tuominen. Väitöstudiumuksessaan Salmi (2008) arvioi mahdollisia muutoksia, joita Perhekoulu saa aikaan vanhemman näkemyksessä koskien omia ja puolisonsa vanhemmuudentaitoja sekä lapsen haastavaa käyttäytymistä. Tutkimuksessa oli 45 äiti–lapsi -paria, joista 33 osallistui Perhekouluinterventioon ja loput 12 paria muodosti kontrolliryhmän. Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään myös, ovatko Perhekoulun mahdollisesti aikaansaamat muutokset lapsen käyttäytymisessä pysyviä. Tutkimuksen aineisto kerättiin haastattelemalla äitejä sekä jakamalla vanhemmille ja lasten päivähoitajille kyselykaavakkeet ennen Perhekoulua ja sen jälkeen. Vaikutusten pysyvyyttä arvioitiin vuosi intervention aloittamisesta. (Salmi 2008, 29–30.)

Sekä äidit että päivähoitohenkilökunta kokivat käyttäytymisongelmien vähentyneen Perhekoulun jälkeen. Erityisesti tilanteissa, joissa lapset käyttäytyivät ylivilkkaasti, keskittymättömästi tai uhmakkaasti, äidit kokivat selviytyvänsä paremmin. Tutkimustulokset osoittivat myös, että muutokset olivat havaittavissa jopa vuosi intervention jälkeen. Tutkimuksen tulokset tukevat oletusta, että lyhytkestoisilla ryhmämuotoisilla interventioilla voidaan saada aikaan pysyviä muutoksia niin vanhemman vanhemmuuden taidoissa kuin lasten käyttäytymisessä. (Salmi 2008, 76.)

Katajiston ja Tuomisen (2006) tutkimuksessa tutkittiin Perhekouluintervention vaikuttavuutta sekä selvitettiin ylivilkkaiden leikki-ikäisten ja toisten samanikäisten lasten vanhempien kokemuksia vanhemmuudestaan ja ohjauskeinoistaan sekä lasten käyttäytymisestä arjessa. Tutkimukseen osallistui 35 ylivilkkaiden lasten perhettä sekä 104 verrokkiryhmän perhettä. Tutkimuksen aineistona olivat vanhempien täytetty-

mät kyselylomakkeet. Tutkimuksesta havaittiin, että ylivilkkaiden lasten vanhemmat kokivat vanhemmuutensa kuormittavampana ja lastensa käyttäytymisen haastavampana kuin verrokkiryhmän vanhemmat. Tutkimus osoitti, että Perhekouluinterventio voi olla

myönteinen vaikutus ylivilkkaiden lasten vanhempien vanhemmuuskokemuksiin, ohjauskeinoin ja lasten käyttäytymiseen. (Katajisto & Tuominen 2006, 9-10, 12–13, 23, 28.)

Vesterlinin (2007) tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata millaista tukea alle kouluikäisten lasten vanhemmat tarvitsevat sekä millaiset kokemukset perheillä on saamastaan varhaisesta tuesta. Tutkittavat perheet osallistuivat perusterveydenhuollon ja kolmannen sektorin yhdessä järjestämään perheryhmään. Tutkittavien perheiden ongelmat liittyivät tavallisiin arkipäivän vuorovaikutus- ja kasvatustilanteisiin. Tutkimuksen aineisto muodostui teemahaastatteluista, joiden kysymykset koskivat ryhmäkokemuksia ja perheiden arkielämää. Tutkimuksen tulosten mukaan perheiden elämään vaikuttavia tekijöitä olivat perheiden sosiaalinen verkosto, toimeentulo ja hyvinvointiin vaikuttavat tekijät. Kuormittavia tekijöitä perheiden elämässä olivat lasten kasvatukseen ja hoitoon liittyvät ongelmat, kodin työnjakoon, puolison jaksamiseen ja parisuhteeseen liittyvät ongelmat sekä puutteelliset tukiverkostot. Kaikki ryhmään osallistuneet vanhemmat kokivat ryhmän tarpeelliseksi. Osallistuminen ryhmätoimintaan tarjosi perheille vertaistukea sekä mahdollisuuden viettää aikaa ja keskustella muiden vanhempien kanssa ilman lapsia. Ryhmässä käydyt keskustelut auttoivat vanhempia huomaamaan, että muut lapsiperheet kamppailevat samanlaisten ongelmien kanssa. Keskustelujen aiheiksi nousi myös asioita, joista kotona ei ollut keskusteltu. Vanhemmat kokivat saavansa ryhmästä tukea lasten kasvatukseen, parisuhteeseen ja perheen keskinäiseen vuorovaikutukseen. (Vesterlin 2007, 22, 26, 30–43.)

Häggman-Laitilan vuonna 2003 tekemä tutkimus käsitteli varhaisen tuen vaikuttavuutta perheiden terveyden edistämisessä. Tutkimukseen osallistui yhteensä 551 vanhempaa, jotka olivat mukana Mannerheimin Lastensuojeluliiton lapsiperhepro-

jektissa. Tutkimuksessa varhaisen tuen vaikuttavuus ilmeni perhe-elämän laadun kohtenutena vanhemmuudessa, kasvatuksessa ja lastenhoidossa sekä parisuhteessa ja perheen tukiverkostossa. Tutkimuksesta ilmeni myös, että erityisesti perheiden epävirallisten ja luonnollisten tukiverkoston tukeminen on mahdollista varhaisen tuen kautta. (Häggman-Laitila 2003, 595–606.)

Häggman-Laitila (2007) on tehnyt samaan lapsiperheprojektiin liittyen myös toisen tutkimuksen. Tutkimuksen tavoitteena oli kuvata vanhempien kokemuksia ryhmätoiminnasta ja sen hyödyistä. Tutkimuksen tulokset kertovat, että ryhmä antoi vanhemmille enemmän tietoa perhe-elämästä ja he olivat varmempia etsimään tietoa myös itsenäisesti; ryhmä vahvisti sosiaalista verkostoa sekä vanhempien tietoisuutta omista voimavaroista ja kehitystarpeista. Ryhmä niin ikään kasvatti vanhempien luottamusta omiin kykyihinsä. (Häggman-Laitila 2007, 205–216.)

Tutkimukset osoittavat, että lyhytkestoisillakin ryhmämuotoisilla interventioilla voidaan saada pysyviä tuloksia sekä vaikuttaa myönteisesti vanhemmuuskokemuksiin ja lasten kanssa käytettäviin ohjaukeinoihin. Ryhmätoimintaan osallistuminen voi tarjota vanhemmille vertaistukea, vahvistaa vanhempien sosiaalista verkostoa ja tietoisuutta omista voimavaroista.

3 VANHEMMUUS

Lapsen syntymä tekee naisesta ja miehestä äidin ja isän, mutta vanhemmaksi kasveetaan yhdessä lapsen kanssa. Ei kuitenkaan tarvitse olla itse vanhempi omataksen kokemuksia ja näkemyksiä vanhemmuudesta, koska lähes jokaisella ihmisellä on niitä oman lapsuuden kautta.

Kirjallisuudessa vanhemmuutta on määritelty lukuisilla tavoilla ja vaikuttaa, että sitä on mahdotonta määrittää kaiken kattavasti ja yhteisesti hyväksytyllä tavalla. Bardy (2002, 41) määrittelee vanhemmuuden osaksi ihmisen persoonaa, johon liittyy erityisiä ja ainutlaatuisia tehtäviä. Vanhemmuus muodostuu suhteesta lapseen ja siihen

vaikuttavat molemmat vanhemmat, heidän lähellään olevat ihmiset ja elinolot. Lisäksi vanhemmuuteen vaikuttaa se, että vanhempi on aina tietyn sukupolven ja aikakauden edustaja. Eri aikoina ja eri kulttuureissa vanhemmuus voikin näkyä monin tavoin, mutta pohjalla on aina vahva ja vaistonvarainen vietti huolehtia lapsesta. (Bardy 2002, 41.)

Kivijärven, Rönkän ja Hyväluoman (2009, 48–49) mukaan Holden ja Miller (1999) ymmärtävät vanhemmuuden ja vanhempana olemisen esimerkiksi kasvatustyyleinä, kasvatuksena, kasvatuskäytäntöinä, vanhemmuuteen liittyvinä uskomuksina ja vanhemmuuden stressinä. Kivijärvi ym. (2009) esittelevät myös Darlingin ja Steinbergin (1993) määritelmän vanhemmuudesta, jonka mukaan vanhemmuus- ja kasvatustyyli (parenting style) on nippu lapseen suuntautuvia asenteita. Ne siirtyvät lapselle vanhemman käyttäytymisen kautta ja toimivat taustalla vaikuttaen tilannekohtaisempiin kasvatuskäytäntöihin. Vanhemmuustyyli näkyy kasvatuskäytäntöjen kautta lapselle, mutta vanhemmuustyyliä kuvastaa lisäksi tietty tunneilmasto vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. (Kivijärvi, Rönkä & Hyväluoma 2009, 48–49.)

4 RYHMÄT TOIMINTAMUOTONA

Ryhmätoiminta on yksi toimintaterapian tärkeä työväline (Holvikivi & Kallonen 1998, 47). Ryhmät muodostavat luonnollisen oppimisympäristön, jossa ryhmäläiset kommunikoivat ja solmivat suhteita toistensa kanssa. Ryhmissä ihmiset antavat ja saavat tukea sekä saavat voimaa yhteydestä muihin, ja siitä, että he tuntevat itsensä hyväksytyiksi. (Finlay 1997, 4.) Tässä luvussa käsitellään ensin opinnäytetyön taustalla vaikuttavaa viitekehystä, toiminnallista ryhmätyön mallia. Viitekehyksessä tutkijoita kiinnosti erityisesti motivaatio, koska opinnäytetyön tutkimuksella haluttiin saada tietoa vanhempien motivaatiosta. Tämän vuoksi viitekehysten yhteydessä kerrotaan muutakin teoriaa motivaatiosta. Viitekehysten jälkeen kuvaillaan ryhmiä yleisesti sekä tarkemmin vertaistuki- ja toimintaterapiaryhmiä.

4.1 Viitekehystenä toiminnallinen ryhmätyön malli

Toiminnallinen ryhmätyön malli perustuu tutkimuksiin toimintaterapiaan liittyviltä viideltä tutkimusalueelta, joita ovat ryhmän dynamiikka, ”motivaatio” (effectance motivation), tarvehierarkia, tarkoituksenmukainen toiminta ja soveltaminen (adaptation). (Howe & Schwartzberg 1995, 85.)

Ryhmädynamiikka on ollut yksi tärkeimmistä toiminnallisen ryhmätyön mallin kehittämiseen vaikuttaneista asioista. Ryhmädynamiikalla tarkoitetaan vuorovaikutussuhteita ihmisten välillä pienissä ryhmissä. Howe ja Schwartzberg sanovatkin, että jos ymmärtää kuinka ihmiset ovat vuorovaikutuksessa ryhmässä, voidaan ryhmään osallistumisen hyötyjä lisätä. (Howe & Schwartzberg 1995, 85.) ”Motivaatiolla” eli termillä effectance motivation White (1959, 1971) viittaa uskomukseen, jonka mukaan toiminta vetää ihmisiä puoleensa, ja tämä käyttäytyminen on sisäisesti motivoitunutta. Whiten mielestä ”motivaation” (effectance motivation) tulisi sisältää tunteita mielihyvää ja tehokkuudesta. Maslowin (1970) mukaan ihmisellä on viidenlaisia tarpeita, jotka täyttämättöminä ovat motivaation lähde. Ihminen laittaa energiaansa toimintaan täyttääkseen tarpeet. (Howe & Schwartzberg 1995, 85, 87.)

Motivaatio voidaan nähdä myös psykofysiologisena ilmiönä. Aktiivisuuden taso kasvaa motivaation lisääntyessä, ja optimaalinen aktiivisuuden taso voidaan määrittää tehtävän vaikeusasteeseen nähden. Csikszentmihalyi (1975) näkee, että huippukokemuksia (flow) voidaan saavuttaa, kun taidot vastaavat toiminnan mahdollisuuksia ympäristössä. Motivoituminen muutokseen voi olla kaksijakoista; toisaalta ihmisellä saattaa olla motivaatiota muutokseen ja toisaalta sitä vastaan. (Howe & Schwartzberg 1995, 88; Kuusinen 1995, 196, 198.)

Toiminnallisen ryhmätyön mallissa kerrotaan myös tarkoituksenmukaisesta toiminnasta tai mielekkästä toiminnasta, kuten Reed (1984) sitä kuvailee. Tarkoituksenmukainen toiminta ymmärretään ryhmän jäsenten tarpeiden tyydyttymisenä, ja toiminnan soveltamisella (adaptation) pyritään toiminnan tavoitteiden täyttymiseen. Reed ajattelee, että mielekkäät toiminnot ohjaavat tavoitehakuista toimintaa. Määri-

telmä mielekkäälle on kuitenkin yleensä subjektiivinen, mutta mielekkäät toiminnot voivat täyttää fysiologisia, turvallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tarpeita sekä yhteiskunnallisia ja itsensä toteuttamisen (self-actualizing) tarpeita. (Howe & Schwartzberg 1995, 85, 87.)

Kappaleessa 7.1 on tarkasteltu opinnäytetyöhön liittyvän Keskustelua kahvitellen -ryhmän toteutusta vertaillen sitä Howen ja Schwartzbergin (1995) kuvaamiin ryhmän kehitysvaiheisiin.

4.2 Ryhmistä yleisesti

Ihmiset kuuluvat syntymästään lähtien erilaisiin ryhmiin, kuten perhe-, päiväkot-, koulu- ja työryhmiin. Ryhmät ovat luonnollinen osa ihmiselämää ja niillä on tärkeä merkitys jokaisessa eri kehitysvaiheessa. (Holvikivi & Kallonen 1998, 47.) Finlayn (1997, 3) mukaan sosiaalinen kehityksemme muokkautuu pitkälti sen perusteella millaisia kokemuksia meillä on erilaisista ryhmistä. Ryhmässä tapahtuvan vuorovaikutuksen johdosta opimme tuntemaan itseämme sekä muokkaamme käsitystä itsestämme omaksumalla erilaisia rooleja, ja peilaamalla niitä muihin ryhmässä oleviin. (Finlay 1997, 3.)

Niin ryhmään kuulumisen tunne kuin tieto ryhmän olemassaolosta ja seuraavasta tapaamisestakin voivat lisätä voimaantumista ja kannustaa jaksamaan arjessa. Ryhmässä on mahdollista kokea auttavansa, mikä voi kohottaa itsetuntoa ja antaa tunteen elämänhallinnasta. Jotta ryhmässä olemisella olisi positiivisia vaikutuksia, ei sen tule olla liian vaativaa. (Vilén, Leppämäki & Ekström 2008, 276–278.)

Kuuluminen ryhmään mahdollistaa asioiden ja kokemusten jakamisen sekä omien näkemysten reflektoinnin muiden kanssa. Tärkeää ryhmässä on muiden hyväksyvä ja ymmärtävä asenne, joka voi auttaa pääsemään irti mahdollisesta syyllisyydestä ja häpeästä. Toisten kokemukset asioista, niiden etenemisestä ja voitettavuudesta voivat lisäksi herättää toivoa. Samanlaiset kokemukset antavat tunteen normaaliudesta—ettei olekaan asioiden kanssa yksin. (Vilén ym. 2008, 277.)

4.3 Vertaistukiryhmät

Lähimmät ihmiset ja yhteisöt ovat tärkeitä niinä luottamuksen ja toivon synnyttäjinä, joita ihmiset tarvitsevat säilyttääkseen uskonsa tulevaisuuteen. Yhteisöllisyys pitää yllä me-henkeä, mikä lisää joukkoon kuulumisen tunnetta ja samalla ihmisten hyvinvointia. Nyky-yhteiskunnassa, missä suku- ja kyläyhteisöjen tuoma yhteisöllisyys on heikentynyt, vertaistukiryhmät voivat mahdollistaa kuulumisen omia arvoja vastaavaan yhteisöön ja lisätä sosiaalisten suhteiden verkostoa. (Laimio & Karnell 2010, 10,18; Hyypä 2005, 25.)

Vertaistuen tavoitteena on aina hyvinvointiin ja jaksamiseen vaikuttaminen sekä paranemisen tukeminen. Vertaistuki on luonteeltaan terapeutista, mutta se ei ole terapiaa. Vertaistukiryhmässä samassa elämäntilanteessa olevat tai samanlaisia asioita kokeneet ihmiset antavat tukea toisilleen ja etsivät vastauksia ongelmiinsa. Arjen arvostus ja ryhmäläisten omat elämänhistoriat painottuvat vertaistukiryhmässä. Osallistujat ovat keskenään tasa-arvoisia ja kunnioittavat toisiaan. Ryhmässä arvostetuksi ja kuulluksi tuleminen sekä tunne ryhmään kuulumisesta ovat tärkeää. Tärkeintä on kuitenkin yhdenvertaisten kokemusten jakaminen yhdessä. (Vertaistoiminnan perusteet, n.d.)

Vertaistukiryhmien tulee olla luottamuksellisia ja turvallisia ryhmän jäsenille. Turvallisuudentunne on tärkeää eheytyksen kannalta. Ryhmässä on mahdollista tunnistaa toisten avulla omia tarpeita ja saada neuvoja arkeen. (Vertaistoiminnan perusteet, n.d.) Vertaistukiryhmään kuulumisen vaatii osallistujilta halua omiin oivalluksiin ja aktiivisiin valintoihin. Vertaisryhmän aikaansaamat muutos- ja sopeutumisprosessit aiheuttavat osallistujissa usein tunnereaktioita, joita tulisi rohkeasti käsitellä ja elää ryhmän kesken. (Laimio & Karnell 2010, 12.)

Vertaistukiryhmä voi toimia joko ilman nimettyä ohjaajaa tai ohjaajavetoisesti; ohjaajat puolestaan voivat olla joko ammattilaisia tai vapaaehtoisia. Ammattilaisohjaajalta löytyy koulutuksesta, tutkimuksesta tai ammatillisesta työstä hankittua asiantuntemusta, mutta hänellä ei aina ole kokemuksellista tietoa. Vapaaehtoisten ohjaajien

tieto ja osaaminen voi perustua omakohtaisiin kokemuksiin, mutta ne eivät ole välttämättömiä. (Laimio & Karnell 2010, 15–16.)

Vertaisryhmät voivat olla avoimia, aika ajoin täydentyviä tai suljettuja. Avoimessa ryhmässä osallistujien vaihtuvuus on muita suurempi, mistä syystä asioiden käsittely on käytännönläheisempää, ja ryhmä soveltuukin hyvin alkutueksi. Täydentyvän ryhmän etuna on, että ryhmä ei muutu jatkuvasti, mutta ryhmään haluavat pääsevät lyhyen odottelun jälkeen mukaan. Suljetussa ryhmässä osallistujilla on mahdollisuus asioiden syvempään pohdiskeluun. Samalla luottamus toisiin ryhmäläisiin on syvempi kuin muissa ryhmissä. (Vertaistoiminnan perusteet, n.d.; Jyrkämä 2010, 35.)

4.4 Ryhmät toimintaterapiassa

Toimintaterapiaryhmien toteutukseen ja sisältöön vaikuttavat sekä hoito- ja kuntoutusympäristö että ryhmien tarkoitus ja tavoite. Ryhmien muodostamisessa on otettava huomioon monia seikkoja, kuten osallistujien kyky ja mahdollisuus sitoutua ryhmään sekä ryhmän toteutusaika. Toimintaterapiaryhmien tavoitteena on tuottaa toimintaa, joka on rakentavaa ja merkityksellistä ryhmään osallistuville. Ryhmien perusideana on kehittää käyttäytymisen sosiaalsiin tekijöihin liittyviä toiminnallisia taitoja. Ryhmiin osallistuminen ehkäisee eristäytymistä. Samalla osallistujat oppivat sekä itsestään että muista ryhmäläisistä. Ryhmään osallistuminen voi motivoida osallistujia toimintaan ja palauttaa taitoja selviytyä omassa elinympäristössä. Ryhmän jäsenten väliset suhteet ja ryhmän vuorovaikutus mahdollistavat muutoksen, mikä voi tapahtua millä tahansa persoonallisuuden alueella. Muutokset, joita ryhmäkokemus saa aikaan voivat tapahtua millä tahansa persoonallisuuden alueella. Muutos vaikuttaa kuitenkin ihmiseen kokonaisuutena, ja näin ollen myös siihen laajempaan sosiaaliseen yhteisöön, johon tämä kuuluu. (Holvikivi & Kallonen 1998, 47–49.)

Toimintaterapiaryhmissä ryhmän painopistealueeksi voidaan valita joko toiminnan tuotos tai ryhmäprosessi, riippuen muun muassa ryhmän tyypistä ja kehitysvaiheesta. Keskeistä ryhmissä kuitenkin ovat niiden tarjoamat mahdollisuudet sosiaaliseen

vuorovaikutukseen ja sosiaalisten taitojen opettelemiseen sekä ryhmäläisten tunteiden, ajatusten ja taitojen muutoksiin. (Holvikivi & Kallonen 1998, 49.)

5 TUTKIMUSMENETELMÄT

Seuraavissa luvuissa kerrotaan toimintatutkimuksen teoriasta ja opinnäytetyön toteutumisesta pienimuotoisena toimintatutkimuksena. Opinnäytetyö koostui niin toiminnasta kuin siihen liittyvästä tutkimuksestakin. Toiminta toteutui Keskustelua kahvitellen -ryhmänä, jonka tutkijat suunnittelivat, toteuttivat ja arvioivat.

5.1 Toimintatutkimus

Toimintatutkimus on tutkimusstrateginen lähestymistapa, jossa hyödynnetään erilaisia tutkimusmenetelmiä, kuten kyselyä ja havainnointia sekä eri tilanteissa kerättyjä aineistoja. Toimintatutkimuksessa toiminnan käsite ymmärretään sosiaalisena toimintana. Ongelmia ratkaistaan yhteistoiminnallisesti ihmisten kesken, ja tutkimukseen osallistujien on mahdollista tutkia aiheita, jotka ovat merkityksellisiä heille itselleen. (Heikkinen & Jyrkämä 1999, 34; Heikkinen 2001, 170–171; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 192.) Eskola ja Suoranta kuvaavat Grönforsin (1982) näkemystä, jossa toimintatutkimus nähdään avoimena toimintana. Tutkittavat saavat tarkan selvityksen tutkimuksen tarkoituksesta, heitä pyydetään mukaan yhteistyöhön ja heidän elämäänsä pyritään vaikuttamaan myönteisellä tavalla. (Eskola & Suoranta 2000, 127.)

Toimintatutkimukselle ovat ominaista toiminnan ja tutkimuksen yhtäaikaisuus sekä pyrkimys saada tutkimuksesta välitöntä käytännön hyötyä. Sen tarkoituksena on tutkia ja kehittää toimintaa samanaikaisesti. (Heikkinen 2001, 170.) Toimintatutkimus on käytännönläheistä toimintaa, jossa teoriaa ja käytäntöä ei eroteta tiukasti toisistaan vaan ne nähdään saman asian eri puolina. Toimintatutkija osallistuu tutkittavaan toimintaan eikä jää ulkopuoliseksi tarkkailijaksi. Tutkija myös aktivoi ja kehittää

toimintaa omien kykyjensä mukaan. (Heikkinen & Jyrkämä 1999, 40; Heikkinen 2001, 171.)

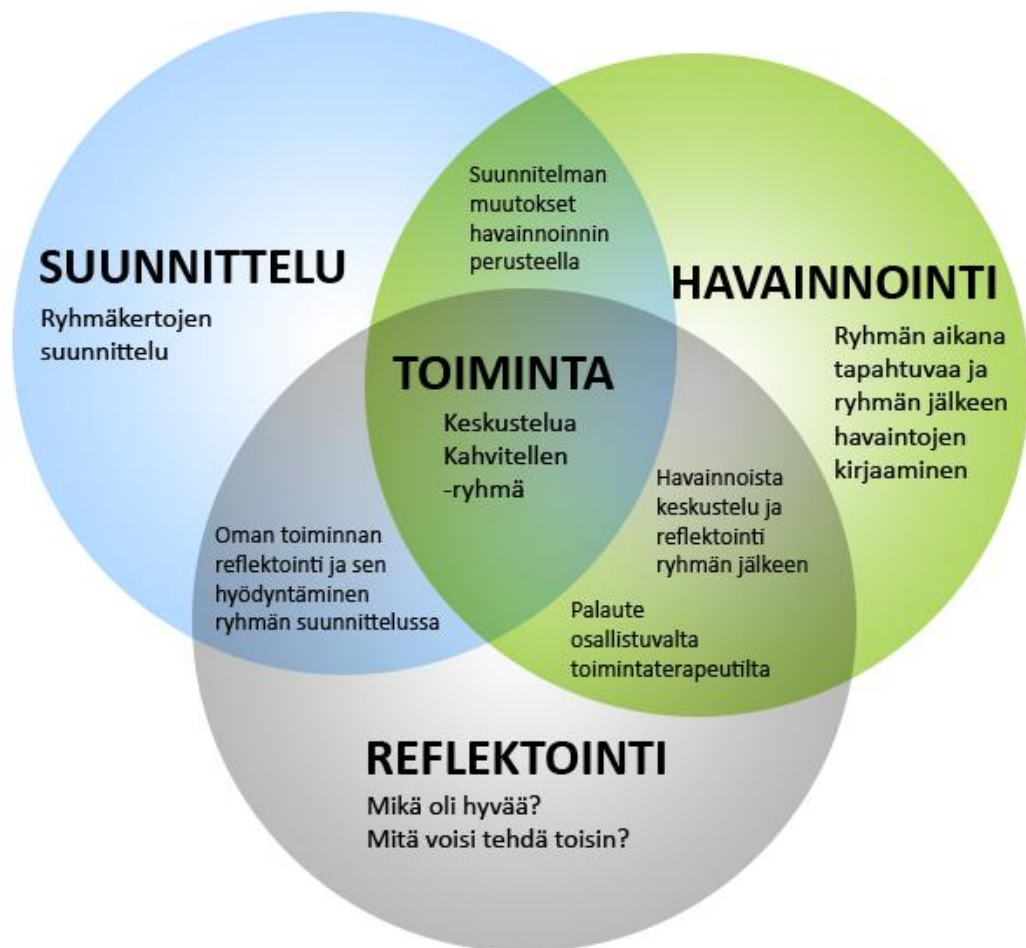
Opinnäytetyössä käytettiin toimintatutkimukselle tyypillisiä tutkimusmenetelmiä. Tutkijat tutkivat heille merkityksellistä aihetta – vanhemmuuden tukemista – ohjaten Keskustelua kahvitellen -ryhmää. Tällöin toteutui toimintatutkimukselle tyypillinen toiminnan ja tutkimisen yhtäaikaisuus. Myös tutkijat itse osallistuivat aktiivisesti tutkittavaan toimintaan eivätkä jääneet ulkopuolisiksi tarkkailijoiksi. Tutkimukseen osallistuville vanhemmille kerrottiin tarkasti tutkimuksen etenemisestä ja tarkoituksesta ennen tutkimuksen aloittamista. Vanhempia kannustettiin koko tutkimuksen ajan antamaan palautetta toiminnan kehittämiseksi.

5.2 Toimintatutkimuksen reflektiivisyys

Toimintatutkimukseen kuuluu olennaisesti reflektiivinen ajattelu, jolla pyritään toiminnan ymmärtämiseen ja kehittämiseen (Heikkinen & Jyrkämä 1999, 36). Toimintatutkimuksen reflektiokeskeisyyttä voidaan kuvata myös käyttäen niin sanottua reflektiivistä kehää, joka muodostuu toimintatutkimuksen eri vaiheista: suunnittelusta, toiminnasta, havainnoinnista ja reflektoinnista. Kehä antaa yleiskuvan toiminnan etenemisestä ja helpottaa varsinkin aloittelevan tutkijan työtä. (Heikkinen 2001, 176–178.)

Toimintatutkimuksen eri vaiheet näkyivät myös tässä opinnäytetyössä. Jokaisella ryhmäkerralla tutkijat havainnoivat ryhmää ja saivat palautetta sekä vanhemmilta että ryhmään osallistuneelta toimintaterapeutilta. Tämän lisäksi tutkijat refleктоivat omaa toimintaansa jokaisen ryhmäkerran jälkeen. Tutkijat olivat suunnitelleet ryhmäkerrat etukäteen, mutta suunnitelmia muokattiin joka ryhmäkerraksi aiempia havaintoja ja saatua palautetta reflektoiden. Pyrkimyksenä oli kehittää ryhmän toimintaa sujuvammaksi.

Kuviossa 1 on havainnollistettu toimintatutkimuksen eteneminen tässä opinnäytetyössä.



KUVIO 1. Toimintatutkimuksen eteneminen tässä opinnäytetyössä

6 KESKUSTELUA KAHVITELLEN -RYHMÄN TOTEUTUS

6.1 Ryhmän toteutus HYVIpisteellä

Jyväskylän ammattikorkeakoulun hyvinvointiyksikön yhteydessä toimii HYVIpiste, joka tarjoaa toimintaterapia- ja fysioterapiapalveluita sekä kuntoutuksen ohjauksen, sosiaalialan ja hoitotyön palveluita. HYVIpiste tarjoaa monipuolisia yksilö- ja ryhmämuotoisia hyvinvointipalveluja opiskelijatöinä opettajien ja HYVIpisteen ohjaajien ohjauksessa. Lasten terapeuttisten pienryhmien toiminta tukee esimerkiksi lapsen psykososiaalisten, motoristen ja prosessitaitojen sekä aistitiedonsäätelyn kehittämis-

tä. Tämä tapahtuu erilaisten sensomotoristen leikkien ja harjoitteiden, rakentelutehtävien ja pöytätasossa tapahtuvien askarteluiden sekä kynätehtävien avulla. (Toimintakykyä arkeen ja voimavaroja työelämään 2010; Lasten ja nuorten ryhmät ja terapiat HYVIpisteellä 2010.)

Keskustelua kahvitellen -ryhmä toteutettiin HYVIpisteellä ja siihen osallistui neljä vanhempaa, joiden lapset osallistuvat erääseen HYVIpisteen järjestämään lasten terapeuttiseen pienryhmään. Lasten terapeuttinen pienryhmä kokoontui samanaikaisesti Keskustelua kahvitellen -ryhmän kanssa. Vanhempien ryhmän keskusteluissa painottui lasten haastava käyttäytyminen sekä lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus. Ryhmä kokoontui syksyn 2010 aikana viikoittain yhteensä 7 kertaa ja jokainen ryhmäkerta kesti tunnin. Alkuperäisen suunnitelman mukaan ryhmäkertoja oli 8, mutta yhden lasten ryhmäkerran peruunnuttua vanhemmat päättivät, ettei Keskustelua kahvitellen -ryhmää pidetä. Seuraavissa luvuissa selostetaan tarkemmin Keskustelua kahvitellen -ryhmän kehitysvaiheita ja ryhmäkertojen suunnitelmia.

6.2 Ryhmän kehitysvaiheet Howen ja Schwartzbergin mukaan

Opinnäytetyötä ohjasi Howen ja Schwartzbergin (1995) toiminnallinen ryhmätoiminnan malli. Ryhmätyön mallin rinnalla kerrotaan lisäksi muutakin ryhmätoimintaan liittyvää teorian tietoa. Teoria ja sen näkyminen käytännössä on raportoitu siten, että ne vuorottelevat kappaleissa.

Toiminnallinen ryhmätyön malli sisältää neljä ryhmätoimintaan kuuluvaa vaihetta. Ensimmäistä vaihetta Howe ja Schwartzberg (1995) kutsuvat **suunnitteluvaiheeksi**. Suunnitteluvaiheessa arvioidaan ryhmän tarve, päätetään ryhmän tavoitteet ja metodit. Seuraavaksi luodaan ryhmäsuunnitelma ja valikoidaan jäsenet ryhmään. Ryhmän tavoitteet tulisi saavuttaa tarkoituksenmukaisella toiminnalla. (Howe & Schwartzberg 1995, 126, 129, 131, 137, 140.)

Keskustelua kahvitellen -ryhmän suunnittelu alkoi keväällä 2010. Tutkijat tutustuivat teorian tietoon ja alkoivat hahmotella millainen ryhmä syksyksi 2010 luotaisiin. Tiedos-

sa oli jo, että ryhmälle on olemassa tarve ja kohderyhmäksi valikoitui vanhempia, joiden lapset osallistuvat erääseen HYVIpisteen terapeuttiseen pienryhmään. Vanhemmat valittiin ryhmään, koska heillä kaikilla oletettiin olevan samansuuntaisia haasteita lastensa kanssa. Vanhempien tiedettiin odottavan lapsiaan HYVIpisteen tiloissa jokaisen lapsiryhmän kokoontumisen ajan, joten heidän osallistumisensa ryhmään ajateltiin olevan todennäköistä. Vanhempien ryhmä kokoontui samanaikaisesti lastenryhmän kanssa ja siihen osallistui neljä vanhempaa.

Tutkijat tapasivat vanhemmat ennen ryhmän aloittamista ja kertoivat heille ryhmän ideasta ja opinnäytetyöstä. Samalla vanhemmat saivat tiedotteen ryhmästä (liite 1) ja he täyttivät opinnäytetyöhön liittyvän lupalapun (liite 2). Vanhemmat saivat lisäksi täytettäväksi leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn (liite 4). Tutkijat olivat valinneet yhdeksän teemaa, joita tarjottiin ryhmään tuleville vanhemmille. Vanhemmat saivat valita teemoista heille mieluisimmat ja ehdottaa uusia teemoja. Ryhmäkertojen suunnittelua ja valittuja teemoja ohjasivat Vanhempana Vahvemmaks -kirja sekä Perhekoulun käsikirja. Ryhmän tavoitteena oli tarjota vertaistukea ja mahdollisuutta keskustella lapsen haastavasta käyttäytymisestä. Myös vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta tuettiin erilaisten kotitehtävien ja käytännön vinkkien avulla. Vanhemmille annetut kotitehtävät ja materiaalit koostettiin samojen teosten pohjalta. Vanhempien ryhmän nimeksi annettiin Keskustelua kahvitellen.

Toinen vaihe ryhmätoiminnassa on Howen ja Schwartzbergin mukaan **muotoutumisvaihe**. Tälle vaiheelle tyypillisiä ovat henkilökohtaiset tuntemukset ryhmään kuulumisesta ja hyväksynnästä sekä ohjaajaan tukeutuminen ja hänen ohjaajuutensa haastaminen. Muotoutumisvaiheessa ryhmän jäsenet vertaavat omia henkilökohtaisia tavoitteitaan ryhmän tavoitteisiin ja luottamukseen. (Howe & Schwartzberg 1995, 160.) Holvikiven ja Kallosen (1998, 50) mukaan ohjaajan tehtävänä ryhmässä on turvata ja edistää ryhmän terapeutista luonnetta sekä edistää ryhmäläisissä heidän tarpeitaan tukevaa käyttäytymistä. Ohjaaja rakentaa luottamusta ja turvallisuutta ryhmäläisten välillä, edistää ryhmäprosessia ja huolehtii rajoista. Ohjaajan tulee suunnitella ja hallita ryhmässä käytettäviä toimintoja sekä ryhmäprosessiin liittyviä asioita. Toiminnan edetessä ohjaaja auttaa ryhmäläisiä löytämään toiminnan merki-

tyksen ja poistaa sitä estäviä tekijöitä, kuten esimerkiksi pelon, riittämättömyyden ja taitamattomuuden tunteita. (Holvikivi & Kallonen 1998, 50.) Muotoutumisvaihetta kuvaa tarkemmin taulukko 1 (Howe & Schwartzberg 1995, 160).

TAULUKKO 1. Taulukko ryhmän muotoutumisvaiheesta Howen ja Schwartzbergin mukaan

Tyypilliset piirteet	Tarkoituksenmukainen toiminta	Ryhmän oma-aloitteinen toiminta (self-initiated action)
Huoli ryhmään kuulumisesta ja hyväksynnästä	Strukturoitua toimintaa, joka mahdollistaa onnistumisen kaikille	Hyväksyntä ”ystävälliselle” sosiaaliselle käytökselle, tuki negatiivisten ja positiivisten mielipiteiden ilmaisulle
Ohjaajaan tukeutuminen Ohjaajan haastaminen	Ohjaaja valitsee toiminnat ja muokkaa niitä ja ohjaa ryhmäläisten etsiessä omaa rooliaan ryhmässä	Ohjaaja kannustaa
Omien ja ryhmän tavoitteiden selkeyttäminen	Selkeät vaihtoehdot tavoitteen saavuttamiseen, ilmapiiri hyväksynnälle	Henkilökohtaisten tavoitteiden ilmaiseminen
Luottamuksen haastaminen	Ryhmäläisten mielipiteiden ja tunteiden kunnioittaminen	Ryhmän tuki ja kannustus henkilökohtaisille tavoitteille ja rooleille

Keskustelua kahvitellen -ryhmän muotoutumisvaiheessa on nähtävissä samoja piirteitä kuin taulukossa 1. Ryhmän muotoutuminen alkoi jo ensimmäisestä kerrasta. Ensimmäisillä ryhmäkerroilla ilmapiiri oli vielä tunnusteleva ja ryhmä haki tapansa toimia. Vanhemmat alkoivat kuitenkin alusta alkaen keskustelemaan vilkkaasti ja jokaiselle annettiin mahdollisuus puhua. Ryhmäläisillä oli myös eriäviä mielipiteitä asioista ja ne uskallettiin tuoda mukaan keskusteluun. Vanhemmat vaikuttivat kunnioittavan toistensa mielipiteitä. Tutkijoiden esittelemät ryhmäkertojen teemat he kokivat ”tutuiksi, mutta aina hyviksi”. Joka viikko vanhemmat saivat kotitehtäviä, joista

keskusteltiin kyseisellä ryhmäkerralla alustavasti. Yleensä vanhemmat olivat perehtyneet tehtäviinsä monipuolisesti, ja seuraavien ryhmäkertojen keskustelu oli rikkaampaa ja syvällisempää. Huumori oli vahvasti mukana keskusteluissa ja ilmapiiri lämmin. Muotoutumisvaiheessa vanhemmat vielä kaipasivat ohjaajaa, esimerkiksi kysymään tarkentavia kysymyksiä tai ohjaamaan keskustelua varsinaiseen aiheeseen.

Howe ja Schwartzberg (1995) nimeävät kolmannen vaiheen **kehitysvaiheeksi**. Kehitysvaiheelle on ominaista se, että ryhmän jäsenillä on muutoksen vuoksi huoli siitä, tulevatko he hyväksytyiksi. Samalla ryhmän turvallisuutta koetellaan. Ryhmänohjaaja voi huomioida tämän omassa toiminnassaan ja antaa ryhmälle selkeitä sääntöjä, rajoituksia, odotuksia ja rutiineja. Lisäksi ryhmänohjaaja tarvittaessa rohkaisee ja tukee osallistujia. (Howe & Schwartzberg 1995, 180.) Vaihetta kutsutaan myös kiehumis- että yhteistoiminnan vaiheeksi. Kiehumisvaiheessa toimintamuodot alkavat vakautua ja ryhmä on kiinteä. Ryhmän jäsenet tietävät, kuinka ryhmä toimii ja mikä on jokaisen rooli ryhmässä. Yhteenkuuluvuuden tunne, vahva me-henki vallitsee ryhmäläisten keskuudessa, mistä johtuen ilmapiiri on usein vapautunut. Ryhmäläiset uskaltavat myös kommentoimaan toistensa eriäviä mielipiteitä ja ajatuksia, jolloin heidän välilleen voi syntyä väittelyitä ja konflikteja. Kiehumisvaiheessa ohjaajan on myös tarkkailtava ryhmän toimintaa, sillä sen aikana on vaarana, että ryhmän kehitys pysähtyy tai kaavoittuu. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 25; Ryhmän kehittyminen n.d.) Yhteistoiminnalle tyypillistä on, että ryhmän toiminta on tehokasta. Ryhmäläiset ovat aktiivisia ja luottavat omiin voimavaroihinsa. He ovat oppineet toimimaan yhdessä, ja muotoutuneissa rooleissa toimitaan joustavasti. He osaavat esittää ja käsitellä kritiikkiä sekä pystyvät ratkomaan ristiriitoja. Ryhmä toimii tehokkaasti tavoitteiden saavuttamiseksi käyttäen hyväkseen luovuuttaan sekä ryhmäläisten erilaisuutta ja osaamista. Ohjaajan rooli ei ole enää yhtä näkyvä vaan hän toimii tasavertaisena ryhmän jäsenenä ja odotukset häntä kohtaan ovat realistisia. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 26; Ryhmän kehittyminen n.d.; Rasila & Pitkonen 2009, 17–18.)

Keskustelua kahvitellen -ryhmän kehitysvaiheessa vanhemmat alkoivat toimia ryhmänä tehokkaammin ja ohjaajan roolista tuli vähemmän merkittävä. Vanhempien keskustelut olivat edelleen vilkkaita, ja vanhemmat rupesivat itsekin kiinnittämään

huomiota ajan kulumiseen ja jakautumiseen aiheiden välillä. Vanhemmat pitivät itse huolta, ettei kukaan puhunut liian pitkästi, mutta mielipiteet tuotiin julki. Vanhemmat toivat rohkeasti ryhmään oman arkensa haasteita, ja toiset vanhemmat yrittivät auttaa sekä tarjota vaihtoehtoja tilanteen ratkaisemiseksi. Tutkijat tarttuivat vanhempien haasteisiin, ja ryhmäkertojen aikatauluja jopa muutettiin, jotta eräälle vanhemmalle erityisen ajankohtainen teema saatiin käsiteltyä aikaisemmin. Ilmapiiiri ryhmässä oli vapautunut, ja vanhemmat kokivat samanlaisten kokemusten yhdistävän toisiaan. Ryhmäläisten roolit olivat vakiintuneet, ja he uskalsivat tukea toisiaan, ehdottaa jotakin toimintamallia tai kysyä tarkennusta.

Viimeistä vaihetta Howe ja Schwartzberg (1995) kutsuvat **lopetusvaiheeksi**. Lopetusvaiheessa tarkastellaan osallistujien oppimiskokemuksia sekä ryhmän loppumisen herättämiä eron ja menetyksen tunteita. Viimeiset ryhmäkerrat ovat tärkeitä, koska ne antavat osallistujille mahdollisuuden selkiyttää omia kokemuksiaan ryhmästä. Tämä prosessi saa osallistujat tietoisiksi siitä, mitä he ovat oppineet ja mikä heidän käyttäytymisessään on muuttunut, ja mitä taitoja he ovat mahdollisesti saavuttaneet. (Howe & Schwartzberg 1995, 200.)

Keskustelua kahvitellen -ryhmässä lopetusvaihe oli selvästi havaittavissa. Toiseksi viimeisellä kerralla vanhemmat alkoivat jo orientoitua lopetukseen ja he vaihtoivat puhelinnumeroita keskenään. Viimeisillä kerroilla keskusteluissa ilmeni aiempaa enemmän itseohjautuvuutta: vanhemmat neuvoivat enemmän toisiaan, tarjosivat konkreettista apua ja yrittivät ratkaista ongelmia yhdessä ryhmänä. Ryhmään liittyvien kyselyiden täyttäminen viimeisellä ryhmäkerralla antoi vanhemmille mahdollisuuden pohtia mitä ryhmä on heille antanut, ja onko jokin asia muuttunut ryhmän alkuun nähden.

6.3 Ryhmässä käytetty tukimateriaali

Keskustelua kahvitellen -ryhmän suunnittelussa käytettiin Vanhempana Vahvemmaksi -kirjaa ja Perhekoulun käsikirjaa. Vanhempana Vahvemmaksi -opas on tarkoitettu käytettäväksi 4 – 10-vuotiaiden lasten vanhemmille, joilla on hankaluuksia asettaa lapselle rajoja tai saada lapsi tottelemaan. Oppaan tavoitteena on kehittää vanhemman ja lapsen välistä myönteistä vuorovaikutusta sekä vahvistaa vanhempien auktoriteettia ja uskottavuutta eri kasvatustilanteissa. Opas soveltuu käytettäväksi sekä yksilöllisesti yhden perheen vanhempien kanssa että ryhmämuotoisesti usean vanhemman ryhmässä. Oppaassa osallistujien välinen vuorovaikutus ja kokemusten jakaminen nähdään ryhmän etuna. Näin vanhemmat eivät ole yksin ongelmiansa kanssa ja saavat tukea toisiltaan. Ryhmässä vanhemmat kertovat toisilleen, millä tavoin he lapsen kanssa toimivat. Tämä auttaa heitä havainnoimaan omaa toimintaansa, mikä on tärkeää uusien toimintatapojen käyttöönotolle. (Tasola & Lajunen 1997, 9-10.) Perhekoulun käsikirja on tarkoitettu alle kouluikäisten lasten vanhemmille ja siinä esitellään erilaisia kommunikointitapoja. Kirjassa paneudutaan asioihin lapsen näkökulmasta käsin ja tarkastellaan lapsen käyttäytymiseen vaikuttavia tekijöitä. (Sandberg, Santanen, Jansson & Lauhaluoma 2002, 5.)

6.4 Keskustelua kahvitellen -ryhmän suunnitelmat

Ryhmäkerrat rakentuivat aloituksesta, kotitehtävien purusta, uuteen aiheeseen tutustumisesta ja keskustelusta sekä loppurentoutuksesta. Käsiteltäviä aiheita olivat verkostokartta, hyvän huomaaminen lapsessa, palkintojen käyttö, rajojen asettaminen sekä jakamattoman huomion antaminen lapselle. Vanhemmille jaettiin ryhmäkerroilla kirjallinen tiedote päivän aiheesta sekä kotitehtävä. Toinen tutkijoista toimi ryhmän pääohjaajana ja toinen apuohjaajana. Ryhmään osallistui myös HYVIpisteen toimintaterapeutti Suvi Salminen. Hänen roolinsa oli lähinnä havainnoida ryhmää ja antaa tutkijoille palautetta ryhmäkertojen päätteeksi. Seuraavissa alaluvuissa esitellään ryhmäkertojen lopulliset suunnitelmat autenttisessa muodossa.

6.4.1 1. ryhmäkerta. Verkostokartta

Ryhmäkerta aloitetaan tutustumisella ja esittelyillä. Tehdään tutustumistehtävä ”Korttifiilis”. Jokainen osallistuja ottaa pöydältä kaksi postikorttia. Ensimmäinen kortti kuvaa ryhmään tulon tunnelmaa ja toinen kortti kuvaa sitä, mitä odottaa saavansa ryhmästä. Jokainen saa vuorollaan kertoa omia ajatuksiaan muille.

Käydään läpi käytännön asioita, kuten opinnäytetyön tavoitteet ja tarkoitus. Vanhemmille kerrotaan ryhmäkertojen aikataulut, ryhmän säännöt, toimintatavat ja tulevien kertojen aiheet. Vanhemmille annetaan mahdollisuus vaikuttaa keskusteluaiheisiin ja muihin ryhmän toimintoihin. Vanhempien kysymyksistä ja kommentteista keskustellaan yhdessä.

Tavoitteet: Tutustuminen ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen. Orientoituminen ryhmään ja käsiteltäviin aiheisiin.

Aloitetaan keskustelu vanhempien voimavaroista. Jaetaan vanhemmille tiedote ja verkostokarttakotitehtävä kirjallisena. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Millaisista asioista saatte arkeen voimaa ja iloa? Millä tavalla jaksatte arjessa paremmin? Mitkä asiat kuormittavat arjessa?

Tavoitteet: Pohtia omaa elämäntilannetta ja havaita tekijöitä, jotka tuovat paineita tai voimia elämään sekä jakaa kokemuksia aiheesta.

Rentoutuksena luetaan vanhemmuutta käsittelevä runo.

6.4.2 2. ryhmäkerta. Hyvän huomaaminen lapsessa

Keskustellaan verkostokarttatehtävästä sekä käydään läpi kokemuksia, joita vanhemmille tuli verkostokartan piirtämisestä ja verkostoa koskevien kysymysten pohittamisesta. Muistutetaan, että on lupa kertoa vain niistä havainnoista ja huomioista, joista itse haluaa kertoa. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Auttoiko verkostokartan tekeminen huomaamaan asioita, joita ei ole tullut ajatelleeksi aiemmin? Auttoiko

verkostokartan tekeminen näkemään asioita uudessa valossa? Tuliko ilmi jotain konkreettista millä voisi lisätä omaa jaksamista?

Tavoitteet: auttaa vanhempia näkemään, että jaksaminen vanhempana riippuu monista tekijöistä, kokemusten jakaminen.

Siirrytään ryhmäkerran varsinaiseen aiheeseen. Pohjustetaan aihetta keskustelemalla siitä miten vanhempia itseään on lapsena kiitetty. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Milloin ja missä tilanteissa vanhempia on kiitetty? Onko kiittäminen ollut tavallista/tapana lapsuuden perheessä?

Annetaan vanhemmille kotitehtäväksi lauseentäydennystehtävä, johon vanhemmat kirjoittavat asioita, joita arvostavat itsessään ja vanhemmuudessaan. Lauseet ovat ”Itsessäni arvostan...” ja ”Tunsin olevani hyvä vanhempi, kun...”.

Tavoitteet: Nähdä hyviä asioita itsessä ja vanhemmuudessa ja sitä kautta oppia huomaamaan hyvä myös lapsessa.

6.4.3 3. ryhmäkerta. Hyvän huomaaminen lapsessa

Käydään läpi ryhmäkerran ohjelma sekä lauseentäydennystehtävä. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Millaiselta tehtävän tekeminen tuntui? Oliko tehtävä helpo/vaikea? Millaisia lauseita tuli (haluaako joku kertoa tarkemmin)?

Tavoitteet: kokemusten jakaminen, vahvistaa jo olemassa olevia hyviä asioita vanhemmuudessa.

Jaetaan seuraavaksi vanhempien tiedote ja kotitehtävä. Käydään tiedote yhdessä läpi ja pohditaan millaisin elein ja sanoin lapselle voi osoittaa hyväksyntää. Vanhemmat voivat kirjata yhdessä keksittyjä esimerkkejä ylös omaan monisteeseensa.

Tavoitteet: auttaa vanhempia näkemään tavat, joilla he jo huomioivat lapsessa olevan hyvän ja kannustaa jatkamaan hyväksi havaittuja toimintamalleja.

Mielikuvarentoutus.

6.4.4 4. ryhmäkerta. Palkintojen käyttäminen

Kerrotaan vanhemmille ryhmäkerran ohjelma. Jatketaan vielä keskustelua edellisen kerran aiheesta eli hyvän huomaamisesta lapsessa. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Huomasivatko lapset mitään erilaista? Huomasivatko vanhemmat oliko tehtävällä vaikutusta lapsen käytökseen? Tuliko jotakin erityistä mieleen tehtävästä?

Tavoitteet: Kannustaa vanhempia jatkamaan myönteisen palautteen antamista ja antaa tunnustusta tehtävän suorittamisesta, kokemusten jakaminen.

Siirrytään päivän aiheeseen eli palkintojen käyttöön. Pohjustetaan aihetta ja käydään läpi vanhempien tiedote. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Onko joku käyttänyt palkintoja? Miten on toteuttanut? Miten onnistui?

Tavoitteet: Lisätä vanhempien keinoja määrittelemään, mitä he lapselta odottavat ja näin rohkaista lasta myönteiseen käyttäytymiseen.

Rentoutus (jännitä–rentouta).

6.4.5 5. ryhmäkerta. Rajojen asettaminen

Kerrotaan vanhemmille ryhmäkerran ohjelma. Keskustellaan kotitehtävästä ja kerrotaan lyhyesti edellisen kerran poissaolijalle palkintojen käyttämisestä. Kotitehtävänä oli tarrakortin tekeminen palkintojen käyttöön liittyen.

Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Millaisia tarrakorteista tuli? Millaisia palkintoja ja tehtäviä valittiin? Millaisia haasteita ja onnistumisia koettiin? Keskustelun kokonaaminen.

Tavoitteet: Kokemusten jakaminen, kannustaa vanhempia käyttämään palkintoja jatkossakin lapsen myönteisen käyttäytymisen tukemisessa.

Siirrytään päivän teemaan eli rajojen asettamiseen. Alustetaan aihetta kertomalla rajojen merkityksestä lapsen kasvulle ja kuinka tehokkaita komentoja annetaan lapselle. Keskustellaan aiheesta. Jaetaan vanhemmille aihetta käsittelevä tiedote ja kotitehtävä. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Mitä mieltä vanhemmat ovat näistä käskyohjeista? Onko helppo noudattaa? Huomaatteko jo nyt asioita, joissa itse toimitte eri tavalla?

Tavoitteet: Vahvistaa näkemystä rajojen tärkeydestä lapsen kasvulle ja kehitykselle, kokemusten jakaminen.

Lopuksi mielikuvarentoutus.

6.4.6 6. ryhmäkerta. Jakamattoman huomion antaminen lapselle

Kerrotaan ryhmäkerran ohjelma. Käydään läpi viimekertaista aihetta ja kotitehtävää. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Missä tilanteissa vanhemmat käyttivät käskyjä? Miten lapset suhtautuivat? Oliko joku erityisen vaikeaa/helppoa?

Tavoitteet: Kannustaa vanhempia olemaan kärsivällisiä ja jatkamaan komentojen tehostamista.

Alustetaan ryhmäkerran aihetta kertomalla ohjaamattoman leikin periaatteista. Vanhemmille jaetaan tiedote sekä vinkkilista erilaisista leikeistä ja toiminnoista, joissa voi hyödyntää ohjaamattoman leikin periaatteita. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Leikittekö yhdessä? Onko kokemusta ohjaamattomasta leikistä?

Tavoitteet: Myönteisen palautteen antaminen lapselle leikin avulla.

Rentoutus.

6.4.7 7. ryhmäkerta. Lopetus

Kerrotaan ryhmäkerran ohjelma ja käydään läpi kotitehtävä. Kysymyksiä ohjaamaan keskustelua: Oliko helppoa löytää aikaa tehtävän tekemiseen? Millaisia ajatuksia kirjoititte ylös? Millaisia huomioita? Mikä helppoa/vaikeaa? Millaisia leikkejä tai tekemistä tehtiin yhdessä? Keskustelun kokoaminen. Annetaan materiaalipaketti jäähynekäytöstä. Käydään se yhdessä läpi.

Tavoitteet: kannustaan vanhempia jatkamaan jakamattoman huomion antamista lapselle, kokemusten jakaminen.

Vanhemmat täyttävät palautekyselyn sekä Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn.

Ryhmäkerta lopetetaan tehtävään nimeltä ”Toivomuslähde”. Vanhemmat kirjoittavat kukanmalliselle lapulle yhden toiveen ja sulkevat kukan terälehdet taittelemalla. Toiveet laitetaan toivomuslähteeseen eli kulhoon, jossa on vettä. Jonkin ajan kuluttua kukat avautuvat ja toiveet lähtevät eteenpäin. Kiitetään vanhempia aktiivisesta osallistumisesta.

Tavoitteet: orientoitua ryhmän päättymiseen ja hyvän mielen saaminen.

7 AINEISTON KERÄÄMINEN JA ANALYSOINTI

7.1 Eettisyys

Tutkimuslupa anottiin Hyvinvointiyksikön yksikön johtajalta. Eettisten periaatteiden mukaisesti vanhemmilta pyydettiin lupa tietojen käyttämiseen (liite 2) tutkimuksessa. Lisäksi heille kerrottiin tarkasti mistä tutkimuksessa kyse ja mihin tarkoitukseen tietoja kerätään. Vanhemmat saivat myös tutustua palautelomakkeeseen sekä leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyyn (liitteet 3 & 4) ennen luvan myöntämistä. Tutki-

muksen aineistoa käsiteltiin sosiaali- ja terveysalan lakien ja asetusten mukaista tietosuojaa sekä tietojen salassapitoa ja säilytystä noudattaen.

7.2 Aineistonkeruumenetelmät

Tutkimusaineistoa kerättiin palautelomakkeella ja leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyllä sekä havainnoimalla ryhmää.

Tutkimuskysymykset 1 ja 2:

Millaisia kokemuksia vanhemmilla on ryhmästä?

Millaiset ryhmässä käytetyt toiminnot ja keskustelun aiheet ovat vanhempien mielestä motivoivia?

Kysymyksiin 1 ja 2 kerättiin vastauksia HYVIpisteen palautekyselyllä (liite 3), jota HYVIpisteellä käytetään jatkuvasti asiakaspalautteen keräämiseen. Palautekyselyssä on väittämiä, jotka koskevat asiakaspalvelua ja HYVIpisteen tiloja. Kyselyä muokattiin Keskustelua kahvitellen -ryhmälle sopivaksi ja siihen lisättiin tarkentavia kysymyksiä toteutuksesta sekä ryhmässä käsiteltyjen aiheiden motivoivuudesta ja ajankohtaisuudesta. Väittämiin vastattiin asteikolla 1–5, jossa 1 on täysin eri mieltä ja 5 on täysin samaa mieltä. Jokaiseen aihealueeseen kuului myös avoin kysymys. Lisäksi kyselyn lopussa oli kaksi avointa kysymystä, joihin oli mahdollista antaa muuta palautetta ruusujen ja risujen muodossa sekä yksi avoin kysymys kehittämisideoita varten. Vanhemmat täyttivät kyselyn viimeisellä ryhmäkerralla.

Tutkimuskysymyksiin 1 ja 2 kerättiin vastauksia myös havainnoinnin avulla, jota tutkijat tekivät koko ryhmän ajan. Havainnoinnin tukena käytettiin Howen & Schwartzbergin (1995) esittelemää ja Balesin (1950) kehittämää taulukkoa ryhmän aikana tapahtuvan käyttäytymisen havainnointiin [ks. taulukko 2 (Howe & Schwartzberg 1995, 118–119)]. Taulukko jakautuu 12 kohtaan, jotka on jaettu alueisiin A-D. Alueet A ja D ovat sosioemotionaalisia alueita, joista A-alue sisältää positiivisia reaktioita ja D-alue negatiivisia reaktioita vuorovaikutuksessa. B- ja C- alue ovat tehtäväkeskeisiä neutraaleja alueita. (Howe & Schwartzberg 1995, 118–119.)

TAULUKKO 2. Balesin havainnointitaulukko

1. Osoittaa solidaarisuutta(nostaa toisen statusta, antaa apua, palkitsee)
2. Laukaisee jännitystä(vitsailee, nauraa, osoittaa tyytyväisyyttä)
3. On samaa mieltä(osoittaa passiivista hyväksyntää, ymmärtää)
4. Ehdottaa(ohjaa, antaa neuvoja)
5. Kertoo mielipiteen(arvioi, analysoi, ilmaisee tunnetta, toivoo jotakin)
6. Antaa tietoa(toistaa, selventää, varmentaa)
7. Haluaa/kysyy tietoa(toistaa, varmistaa)
8. Kysyy mielipidettä(arvioi, analysoi, ilmaisee tunnetta)
9. Kysyy ehdotusta(pyytää ohjausta, tapaa toimia)
10. On eri mieltä(osoittaa passiivista torjuntaa, kieltäytyy avun antamisesta)
11. Osoittaa jännittyneisyyttä(pyytää apua vetäytyy tilanteesta)
12. Osoittaa vastahakoisuutta(heikentää muiden statusta, puolustaa itseään)

Havainnoinnissa kiinnitettiin huomiota vanhempien sosioemotionaalisiin reaktioihin ja tehtäväkeskeiseen käyttäytymiseen. Taulukko 2 (yllä) valittiin ohjaamaan havainnointia, koska motivaatio näkyy ennen kaikkea käyttäytymisessä. Motivaatio osaltaan selittää miksi ihminen toimii tai ei toimi tietyllä tavalla. Aktiivisuuden taso kasvaa motivaation lisääntyessä. (Kuusinen 1995, 196.) Havainnot tehtiin ryhmätilanteiden aikana jokaisesta ryhmän jäsenestä, mutta ryhmätilanteen jälkeen havainnot yhdistettiin kuvaamaan vallitsevaa yleistä ilmapiiriä ja motivaatiota. Taulukon väittämiä käytettiin kuvaamaan yhteisiä reaktioita kullakin ryhmäkerralla, eikä jokaista väittämää välttämättä tarkasteltu erikseen.

Tutkimuskysymys 3:

Miten ryhmässä käyvien vanhempien lasten kanssa käyttämät ohjauskeinot ja jak-

saminen vanhempana ovat vanhempien näkemyksen mukaan muuttuneet ryhmän myötä?

Kysymykseen 3 kerättiin vastauksia leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyllä (liite 4). Sama kysely täytettiin ryhmän alkaessa ja ryhmän päättyessä. Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyä on aiemmin käytetty Katajiston ja Tuomisen (2006) Pro gradu -tutkielmassa, joka käsitteli Perhekouluintervention vaikuttavuutta. Lupa kyselyn käyttöön on saatu Jyväskylän yliopiston professori Marja-Leena Laaksolta.

Kyselyä muokattiin Keskustelua kahvitellen -ryhmälle sopivaksi poistamalla siitä erillinen arviointiosuus, jonka vanhemmat voisivat täyttää kuusi kuukautta ryhmän päätymisestä. Tässä arviointiosuudessa vanhemmat voivat arvioida, kuinka paljon, asteikolla -3 – +3, vanhemmuuden kokemus ja lapsen kanssa käytetyt ohjauskeinot ovat muuttuneet ja onko muutos ollut positiivista vai negatiivista. Erillisen arviointiosuuden poistamiseen päädyttiin, koska alkukyselystä ei tässä tutkimuksessa ollut kulunut läheskään kuutta kuukautta. Lisäksi arveltiin kyselyyn vastaamisen olevan helpompaa, jos asteikko pysyy samana ja arkeen helposti yhdistettävänä.

Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kysely kartoittaa kuinka usein vanhemmat kokevat kyselyn väittämässä esiintyviä tilanteita ja missä määrin he käyttävät kyselyn ohjauskeinoja lapsen kanssa. Kysely on jaettu kahteen osaan: vanhemmuus ja jaksaminen sekä ohjauksen periaatteita ja keinoja. Vanhemmuus ja jaksaminen -osiossa on kahdeksan väittämää kun taas ohjauksen periaatteita ja keinoja -osiossa väittämiä on 12. Väittämiin vastattiin asteikolla 1-7, jossa 1 tarkoittaa ”en lainkaan”, 2 ”hyvin harvoin”, 3 ”harvoin” (kerran, pari kuukaudessa), 4 ”viikoittain”, 5 ”useamman kerran viikossa”, 6 ”lähes päivittäin” ja 7 ”joka päivä”.

Vanhemmat saivat leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn ennen varsinaisen ryhmän aloitusta ja heitä pyydettiin palauttamaan se täytettynä ensimmäisellä ryhmäkerralla. Viimeisellä ryhmäkerralla vanhemmat saivat takaisin aikaisemmin täyttämänsä leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn, johon he merkitsivät sen hetkisen tilanteen eriväri-

sellä kynällä. Tarkoituksena oli siis vertailla ryhmän alkaessa ollutta tilannetta ryhmän päättyessä olevaan tilanteeseen.

7.3 Aineiston analysointi

Palautekyselyn (liite 3) suljettujen kysymysten analysoitiin tutkijat pohtivat erilaisia vaihtoehtoja. Aineiston pienuuden vuoksi prosenttien laskemista ei pidetty hyvänä vaihtoehtona, koska yhden vastaajan vastausten osuus olisi ollut 25 %. Tutkijat päätyivät keskiarvojen laskemiseen, koska se mahdollisti esimerkiksi ryhmäkertojen aihealueiden kiinnostavuuden vertailun.

Keskiarvojen lisäksi laskettiin myös keskihajonta, joka kuvaa havaintoarvojen ryhmittymistä keskiarvon ympärille. Lähelle keskiarvoa ja toisiaan ryhmittyneet havaintoarvot kertovat pienestä keskihajonnasta. Hajallaan sijaitsevien havaintoarvojen keskihajonta on puolestaan iso. (Keskihajonta – määrittely, nd.)

Laadullisen aineiston analysoinnissa pyritään selkeyttämään aineistoa ja löytämään uutta tietoa tutkittavasta asiasta. Analyysin avulla aineistoa tiivistetään säilyttäen kuitenkin sen sisältämä informaatio. (Eskola & Suoranta 2000, 137.) Palautekyselyn avointen kysymysten analysointia vaikeutti se, että vastauksia saatiin kolmelta vanhemmalta (ryhmässä neljä vanhempaa), ja keskimäärin jokainen heistä vastasi vain kahteen kysymykseen. Lisäksi vastaukset olivat melko lyhyitä. Vastausten pienen määrän vuoksi vastauksia ei ollut mahdollista teemoitella tai tiivistää. Tutkijat päätyivät raportoimaan vastaukset suorina lainauksina tuloksiin.

Havainnointiaineiston analysoinnissa käytettiin samaa Balesin (1950) kehittämää taulukkoa 1 (ks. sivu 30) kuin havainnoinnissa. Havainnointiaineiston analysointi aloitettiin lukemalla aineisto huolellisesti läpi. Tämän jälkeen aineisto käytiin läpi uudelleen ja siitä etsittiin taulukon alueita (A-D) kuvaavia teemoja, niin ikään tutkimuskysymyksiä mukailevia teemoja. Teemoittelulla aineistosta voidaan poimia keskeiset tutkimusongelmaan liittyvät aiheet (Eskola & Suoranta 2000, 174). Eri teemat merkit-

tiin aineistoon eri värein. Analyysissä kiinnitettiin huomiota vain teeman esiintymiseen aineistossa, ei siihen, kuka vanhempi oli kyseessä.

Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn tuloksia analysoitiin vertaamalla jokaisen väittämän alku- ja lopputilanteen eroa. Kyselyn asteikko oli yhdestä seitsemään ja suurin mahdollinen muutos alku- ja lopputilanteen välillä oli +6 tai -6. Analysointia hankaloitti väittämien asettelu. Joissakin väittämissä muutos pienemmästä numeros- ta suurempaan tarkoitti negatiivista muutosta ja toisissa väittämissä muutos pie- nemmästä numerosta suurempaan tarkoitti positiivista muutosta. Esimerkiksi väit- tämässä yksi ("kehun ja kiitan lasta" osiossa "ohjauksen periaatteita ja keinoja") muutos pienemmästä suurempaan numeroon merkitsee positiivista muutosta. Sa- man osion väittämissä kuusi ("komennan lasta huutamalla") muutos pienemmästä suurempaan tarkoittaa negatiivista muutosta. Muutoksen laatua arvioitiin tarkasti jokaisen väittämän kohdalla.

8 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

8.1 Palautekyselyn tulokset

Palautekyselyllä (liite 3) saatiin tietoa asiakaspalveluun, HYVIpisteen tiloihin, ryhmä- toiminnan toteutukseen ja ryhmäkertojen aiheisiin liittyen. Vanhemmat arvioivat osa-alueita asteikolla 1-5 (1 "täysin eri mieltä", 5 "täysin samaa mieltä"). Vastauksista laskettiin keskiarvot ja keskihajonnat. Tulokset on esitelty taulukoissa siten, että kor- keimman keskiarvon saanut vastaus on taulukossa ylimmäisenä, jotta tulosten vertai- lu olisi selkeää.

Asiakaspalveluun ja tiloihin liittyviä kysymyksiä oli palautekyselyssä neljä kappaletta kumpaakin ja ryhmätoimintaan liittyviä kysymyksiä seitsemän. Asiakaspalvelun (ky- symykset 1–4) keskiarvoksi saatiin 4.69 ja HYVIpisteen tilojen keskiarvoksi saatiin 4.67. Ryhmätoiminnan toteutuksen keskiarvoksi tuli 4.44 (taulukko 3).

Ryhmätoiminnan toteutuksen tulokset on esitelty kysymyksittäin (taulukko 4). Vanhemmat arvioivat ryhmän ilmapiirin erittäin hyväksi ja se sai keskiarvoksi 5. Vanhemmat kuvasivat ryhmää näin:

*Ryhmään oli kiva tulla, ei tarvinnut jännittää mitään. Leppoisa meininki kahvia hörp-
piessä. Oli mukava rauhoittumishetki arjen kiireen keskellä. Oli mukavaa huomata,
että toisilla vanhemmilla suht sama tilanne, joten en ole ainoa jota elämä potkii pää-
hän.*

*Omalla olemuksellanne teitte ryhmän ilmapiiristä luotettavan ja helpon olla. Osasitte
hyvin kuunnella meitä vanhempia eikä teillä ollut tarvetta korostaa ”kirjatietoa” lap-
sen kasvatukseen liittyvissä asioissa.*

Toiminnan sisällön tarkoituksenmukaisuuden vanhemmat kokivat myös hyväksi, kes-
kiarvo 4.75. Vastausten perusteella ryhmä vastasi vanhempien odotuksia (ka 4.5) ja
he kokivat tulleen huomioduksi yksilöllisesti (ka 4.5). Vanhemmat kommentoivat
toimintaa seuraavasti:

Ryhmän ehdoilla etenevää & joustavaa

*Tavattoman hyvä ja kehittämiskelpoinen ajatus, toivottavasti kantaa ensi vuoteen
uusia ryhmiä ja toimintamuotoja. Henkilökohtaisesti osui hyvään aikaan: syksy oli
rankka ja kasvatuskysymykset pinnalla omassa mielessä muutenkin alinomaa.*

Rentoutukset liian lyhyitä, olisi ehkä voinut sen takia jättää kokonaan pois...?

Pidempikestoinen, kiitos! 7 kertaa oli tosi lyhyt..

Ryhmässä jaettuihin materiaaleihin ja ohjaajien toimintaan vanhemmat olivat tyyty-
väisiä, keskiarvo molemmissa 4.25. Kasvatukseen liittyviä uusia ideoita vanhemmat
kokivat saaneensa ryhmästä vähiten, mutta tämä osa-alue sai silti keskiarvoksi 3.75.

TAULUKKO 3. Palautekyselyn tulokset

Aiheet	Keskiarvo (asteikko 1-5)
Asiakaspalvelu	4.69
HYVIpisteen tilat	4.67
Ryhmätoiminnan toteutus	4.44

TAULUKKO 4. Ryhmätoiminnan toteutuksen tulokset

Kysymys	Keskiarvo vastauksissa (asteikko 1-5)	Keskihajonta
Koin ryhmän ilmapiirin hyväksi	5	0
Toiminnan sisältö oli tarkoituksenmukaista	4.75	0.5
Ryhmässä tapahtuva toiminta vastasi odotuksiani	4.5	0.58
Minua on huomioitu ryhmässä yksilöllisesti	4.5	0.58
Ryhmässä jaetut materiaalit olivat hyödyllisiä	4.25	0.5
Ohjaajan toiminta oli asiantuntevaa	4.25	0.5
Sain uusia ideoita kasvatukseen liittyen	3.75	1.5

Eri ryhmäkerroille laskettiin keskiarvot ja keskihajonnat, minkä lisäksi selvitettiin vanhempien mielestä motivoivin ja ajankohtaisin aihe (taulukko 5). Keskiarvon mukaan vähiten ajankohtainen ja motivoiva aihe oli verkostokartta. Keskiarvo motivoitumiselle oli 3.5 ja ajankohtaisuudelle 3.75. Rajojen asettaminen koettiin motivoivaksi aiheeksi (ka 4.75), mutta ajankohtaisuudesta keskiarvoksi saatiin 3.75. Motivoivimmaksi ja ajankohtaisimmaksi aiheista koettiin palkintojen käyttö. Motivaatiosta tuli keskiarvoksi 5 ja ajankohtaisuudesta 4.25.

TAULUKKO 5. Ryhmäkertojen aiheiden tulokset

Ryhmäkertojen aiheet	Aihe oli motivoiva		Aihe oli ajankohtainen	
	keskiarvo	keskihajonta	keskiarvo	keskihajonta
Palkintojen käyttö	5	0	4.25	1.5
Hyvän huomaaminen lapsessa	5	0	4	1.42
Jakamattoman huomion antaminen lapselle	4.5	1	4.25	0.96
Rajojen asettaminen	4.75	0.5	3.75	1.89
Verkostokartta	3.5	1	3.75	0.96

8.2 Havainnoinnin tulokset

Havainnoinnin tulokset esitellään jokaisesta ryhmäkerrasta erikseen, jotta nähdään millainen merkitys eri aiheilla on ollut havainnoitaviin osa-alueisiin. Tuloksissa kuvailaan, kuinka ne näkyivät ryhmässä.

A = positiivisia sosioemotionaalisia reaktioita

B ja C = tehtäväkeskeisiä neutraaleja alueita

D = negatiivisia sosioemotionaalisia reaktioita

Verkostokartta (kaikki paikalla)

Ensimmäisellä ryhmäkerralla esiintyivät alueet A-C. Negatiivisia reaktioita ei ilmennyt. Vanhemmat olivat positiivisella mielellä ja hyvin yhteistyöhaluisia; kaikki kertoivat ryhmää ja tulevia aiheita koskevista odotuksistaan ja mielipiteistään sekä kyselivät lisätietoja. Huumori oli vahvasti läsnä. Verkostokarttatehtävä herätti keskustelua, mutta keskustelu eteni ringissä, ja jokainen vanhempi kertoi vuorotellen aiheesta. Vanhemmat esittivät niukasti kysymyksiä toisilleen.

Hyvän huomaaminen lapsessa (ryhmäkerrat 2 ja 3, kaikki paikalla)

Ryhmäkerroilla esiintyi sekä positiivisia että negatiivisia sosioemotionaalisia reaktioita. Keskusteluissa näkyi myös tehtäväkeskeistä neutraalia käyttäytymistä. Verkostokarttakotitehtävän tekeminen oli herättänyt vanhemmissa tunteita, joista he kertoivat ryhmässä muille vanhemmille. Vanhemmat reagoivat toisten puheeseen ymmärtävästi ja antoivat toisilleen kannustavia neuvoja. Varsinaisesta aiheesta vanhemmat kertoivat mielipiteitään ja toivat myös esiin asioita, jotka poikkesivat muiden näkemyksistä. Lisäksi he puolustivat omia näkemyksiään ja kommentoivat toisten kertomaa. Vanhemmat olivat emotionaalisesti mukana toiminnassa ja toivat tunteensa esille, esimerkiksi erilaisin äänenpainoin, nyökytellen ja nauraen. Aiheesta keskustelu eteni aluksi järjestyksessä, mutta vanhempien toisilleen esittämät kysymykset rikkoi-
vat järjestyksen, mikä olikin toivottavaa.

Palkintojen käyttö (yksi vanhempi poissa)

Ryhmäkerralla esiintyi sekä positiivisia että negatiivisia sosioemotionaalisia reaktioita. Keskusteluissa näkyi myös tehtäväkeskeistä neutraalia käyttäytymistä. Alussa käytiin läpi edellisen kerran kotitehtävää. Palkintojen käytöstä vanhemmilla oli paljon kysyttävää ja he kertoivat mielipiteitään asiasta. Myös eriäviä mielipiteitä ja vastahakoisuutta ilmeni jonkin verran. Tämä näkyi omien näkemysten puolustamisena ja aiheeseen liittyvänä torjuntana niin sanallisesti kuin elein. Keskustelu oli vilkasta ja tilanteita kevennettiin huumorilla.

Rajojen asettaminen (kaikki paikalla)

Ryhmäkerran aikana näkyi positiivisia ja negatiivisia sosioemotionaalisia reaktioita sekä tehtäväkeskeistä neutraalia käyttäytymistä. Palkintojen käyttö -kotitehtävä herätti paljon keskustelua ja lisäksi vanhemmat esittivät kysymyksiä ja tarkennuksia. Kotitehtävään liittyvässä keskustelussa oli nähtävissä myös tilanteesta vetäytymistä. Vanhemmat kevensivät tilannetta huumorilla ja osoittivat hyväksyntää sanoin ja

elein. Varsinaisesta aiheesta keskustelu oli vilkasta ja vanhemmat vaihtoivat mielipiteitä.

Jakamattoman huomion antaminen (yksi vanhempi poissa)

Ryhmäkerralla ilmeni positiivisia sekä negatiivisia sosioemotionaalisia reaktioita ja tehtäväkeskeistä neutraalia käyttäytymistä. Edellisen kerran kotitehtävä käytiin melko nopeasti läpi, eikä vanhemmilla ollut siitä paljon keskusteltavaa. Keskustelu jakamattoman huomion antamisesta lapselle sai aikaan vilkasta keskustelua ja mielipiteen vaihtoa. Vanhemmat toivat mielipide-eronsa selkeästi esiin. Esiin nousi myös huoli vuorovaikutuksesta lapsen kanssa sekä omasta jaksamisesta. Vanhemmat yrittivät yhdessä etsiä ratkaisua tilanteeseen ja antoivat neuvoja toisilleen.

Viimeinen ryhmäkerta (kaikki paikalla)

Ryhmäkerralla tuli esille positiivisia sosioemotionaalisia reaktioita sekä tehtäväkeskeistä neutraalia käyttäytymistä. Vanhemmat kertoivat kokemuksistaan edellisen kerran kotitehtävästä, mutta eivät juuri kommentoineet toisten kokemuksia. Palautteen ja kyselyn täyttäminen vei suurimman osan ajasta, eikä varsinaista uutta aihetta ollut. Vanhemmat saivat kuitenkin jäähyn käytöstä kootun tietopaketin, joka käytiin yhdessä läpi. Osalle vanhemmista jäähyn käyttö oli tuttua, ja he jakoivat mielipiteitään ja kokemuksiaan muille. Vanhemmat esittivät lähinnä ohjaajille joitakin aiheeseen liittyviä kysymyksiä ja tarkennuksia. Vanhemmat keskustelivat paljon siitä, kuinka tulevat pitämään yhteyttä ja tukemaan toisiaan ryhmän jälkeen. Ilmapiiri oli hyväksyvä.

8.3 Johtopäätökset palautekyselystä ja havainnoinnista

Tarkasteltaessa ryhmätoiminnan toteutusta (taulukko 4), voidaan päätellä vanhempien kokeneen ryhmän kokonaisuudessaan hyväksi ja onnistuneeksi. Ryhmätoiminnan toteutuksen keskiarvot olivat hyviä ja vastausten hajonta pientä. Huonoimman keskiarvon ryhmätoiminnan toteutuksesta sai väite ”sain uusia ideoita kasvatukseen liittyen”, jonka keskiarvoksi tuli kuitenkin 3.75. Ryhmän suunnittelun ja toteutuksen taustalla vaikuttaneet Vanhempana Vahvemmaks -opas ja Perhekoulun käsikirja näyttäisivät olleen hyvä valinta Keskustelua kahvitellen -ryhmälle, koska vanhemmat arvioivat toiminnan vastanneen odotuksia, ryhmässä käytetyt toiminnot tarkoituksenmukaisiksi sekä materiaalit hyödyllisiksi. Vanhempien odotukset ryhmää kohtaan olivat mitä luultavimmin realistisia, koska vanhempia informoitiin hyvin ennen ensimmäistä ryhmäkertaa. Palautekyselyn vastausten perusteella heidän odotuksensa myös täyttyivät. Vanhempien kokemuksen mukaan ryhmän ilmapiiri oli erittäin hyvä ja he kokivat tulleen huomioduiksi yksilöllisesti. Lisäksi he saivat mahdollisuuden vaikuttaa Keskustelua kahvitellen -ryhmän toimintaan koko ryhmän ajan. Osaltaan ryhmätoiminnan toteutuksen onnistumiseen on todennäköisesti vaikuttanut tutkijoiden perehtyneisyys ryhmädynamiikkaan ja ilmapiiriin vaikuttaviin tekijöihin. Tämä voitaneen ajatella edesauttaneen ryhmän toimimista ja hyvien kokemusten saamista.

Ryhmäkertojen aiheet (taulukko 5) näyttävät olleen vanhempien mielestä motivoivia, koska huonoimman ryhmäkerran keskiarvo oli 3,5. Vanhempien vastaukset olivat samansuuntaisia heidän arvioidessaan motivoitumista ryhmäkertojen aiheisiin. Tämä näkyi vastausten pienenä hajontana. Ryhmäkertojen aiheiden ajankohtaisuus sai huonompia keskiarvoja kuin motivoituminen ja vastauksissa oli enemmän hajontaa. Kuitenkin näyttäisi, että aiheeseen voi motivoitua, vaikka se ei olisikaan juuri kyseisellä hetkellä täysin ajankohtainen. Vanhempien motivoitumiseen saattoi vaikuttaa se, että vanhemmat saivat itse vaikuttaa myös aiheiden valintaan. Motivoitumisesta kertoo sekin, että vanhemmat saapuivat paikalle ja osallistuivat aktiivisesti ryhmän toimintaan. Aktiivinen osallistuminen ja sosioemotionaalinen sitoutuneisuus toimintaan olivat nähtävissä myös tutkijoiden havainnoissa. Tämä ilmeni siinä kuinka vanhemmat esittivät mielipiteitään sekä kysyivät ja kommentoivat toisten mielipiteitä. He

toivat esille tunteitaan ja henkilökohtaisia asioitaan avoimesti. Vanhempien avoimuus osoitti ryhmäläisten ja tutkijoiden välillä vallitsevan luottamuksen.

Ryhmäkertojen aiheista verkostokartta sai motivoituneisuuden suhteen huonoimman keskiarvon. Aiheena verkostokartta ei ehkä täysin vastannut vanhempien odotuksiin ryhmästä, koska siinä keskityttiin vanhemman omaan näkökulmaan sen sijaan että se olisi liittynyt yhtä vahvasti vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen kuin seuraavat ryhmäkerrat. Verkostokartta oli Keskustelua kahvitellen -ryhmän ensimmäinen aihe ja ensimmäisellä ryhmäkerralla ryhmät yleensä vasta hakevat tapaansa toimia eikä keskusteluissa päästä samalle tasolle kuin myöhemmillä ryhmäkerroilla. Myös tutkijoiden havainnoissa näkyi ensimmäiselle ryhmäkerralle tyypillisiä piirteitä; jokainen odotti omaa vuoroaan puhua ja mielipiteet asioista olivat yhteneväisiä ja suhtautuminen asioihin oli positiivista. Näillä kaikilla seikoilla saattoi olla vaikutusta siihen, miten vanhemmat arvioivat motivoitumisen ryhmäkerralle.

Motivoivimmaksi ja ajankohtaisimmaksi aiheeksi vanhemmat nostivat palkintojen käytön. Vanhempien hyvät kokemukset aiheesta johtuivat mahdollisesti siitä, että ryhmäkerralla esiteltiin palkintojen käyttöön liittyen konkreettisia ja arkeen helposti sovellettavia työvälineitä, joilla voidaan ohjata lapsen käyttäytymistä. Ryhmäkerralla tutkijat havaitsivat myös miten yksi vanhempi voi positiivisilla kokemuksillaan motivoida muitakin vanhempia aiheeseen. Vanhempien vastausten ja tutkijoiden havaintojen välillä ilmeni joitakin ristiriitaisuuksia. Esimerkiksi poissaolo ryhmäkerralta ei näkynyt palautekyselyn vastauksissa. Tämä voi selittyä sillä, että seuraavalla kerralla jaettiin edellisen kerran tiedote sekä purettiin kotitehtävää, ja aiheesta myös keskusteltiin lisää, mikä mahdollisti kaikkien osallistumisen keskusteluun. Tutkijat havaitsivat myös passiivista torjuntaa aihetta kohtaan, mikä ei kuitenkaan näkynyt palautekyselyn vastauksissa. Tutkijat arvelivat, että käyttäytymiseen ryhmäkerralla vaikuttivat aiheen aiheuttamat tunnereaktiot. Kyselyyn vastattaessa aihetta oli luultavimmin ehtinyt jo pohtia, ja se ei enää aiheuttanut samanlaisia tunteita.

8.4 Tulokset ja johtopäätökset leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselystä

Kolmen vanhemman kokemuksen mukaan vanhemmuudessa ja lapsenohjauskeinoissa tapahtui muutosta ryhmän aikana sekä positiiviseen että negatiiviseen suuntaan. Yhdellä vanhemmalla muutosta ei tapahtunut lainkaan. Joissakin väittämissä muu-
tosta tapahtui usean, joissakin vain yhden vanhemman kohdalla. Vanhempia tarkas-
tellaan neljänä eri tapauksena A-D.

Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn väittämät:

Vanhemmuus ja jaksaminen

1. Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa
2. Koen väsymistä kasvattajana
3. Tunnen syyllisyyttä vanhempana
4. Tunnen ärtymystä lasta kohtaan
5. Tunnen toivottomuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta
6. Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia
7. Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa
8. Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana

Ohjauksen periaatteita ja keinoja

1. Kehun ja kiitän lasta

2. Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa
3. Pidän kiinni sovituista säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista
4. Käytän kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa
5. Rankaisen lasta fyysisesti
6. Komennan lasta huutamalla
7. Menetän malttini
8. Moitin tai syyllistän lasta
9. Palkitsen lasta
10. Juttelen lapsen kanssa
11. Annan nimen lapsen tunteille
12. Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa

Vanhemman A kohdalla suurimmat positiiviset muutokset tapahtuivat toisen osion väittämässä 2 ("Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa") ja 9 ("Palkitsen lasta"). Tästä voidaan päätellä, että kyseinen vanhempi on voinut hyödyntää palkintojen käyttäminen -ryhmäkerralla saamiaan vinkkejä lapsen ohjaamisessa. Muutosta positiiviseen suuntaan tapahtui myös ensimmäisen osion väittämässä 2 ("Koen väsymistä kasvattajana"), 6 ("Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia") ja 8 ("Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana") sekä toisen osion väittämässä 7 ("Menetän malttini") ja 12 ("Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa"). Vaikuttaisi siltä, että vanhempi on kokenut ryhmän antoisaksi ja voineensa jakaa siellä kasvatukseen liittyviä pulmiaan sekä saaneensa vertaistukea. Rajojen asettaminen ja jakamattoman huomion antaminen -ryhmäkerrat näyt-

täisivät vaikuttaneen vanhemman ohjauskeinoihin, koska väittämien 7 ja 12 kohdalla muutos oli positiivista.

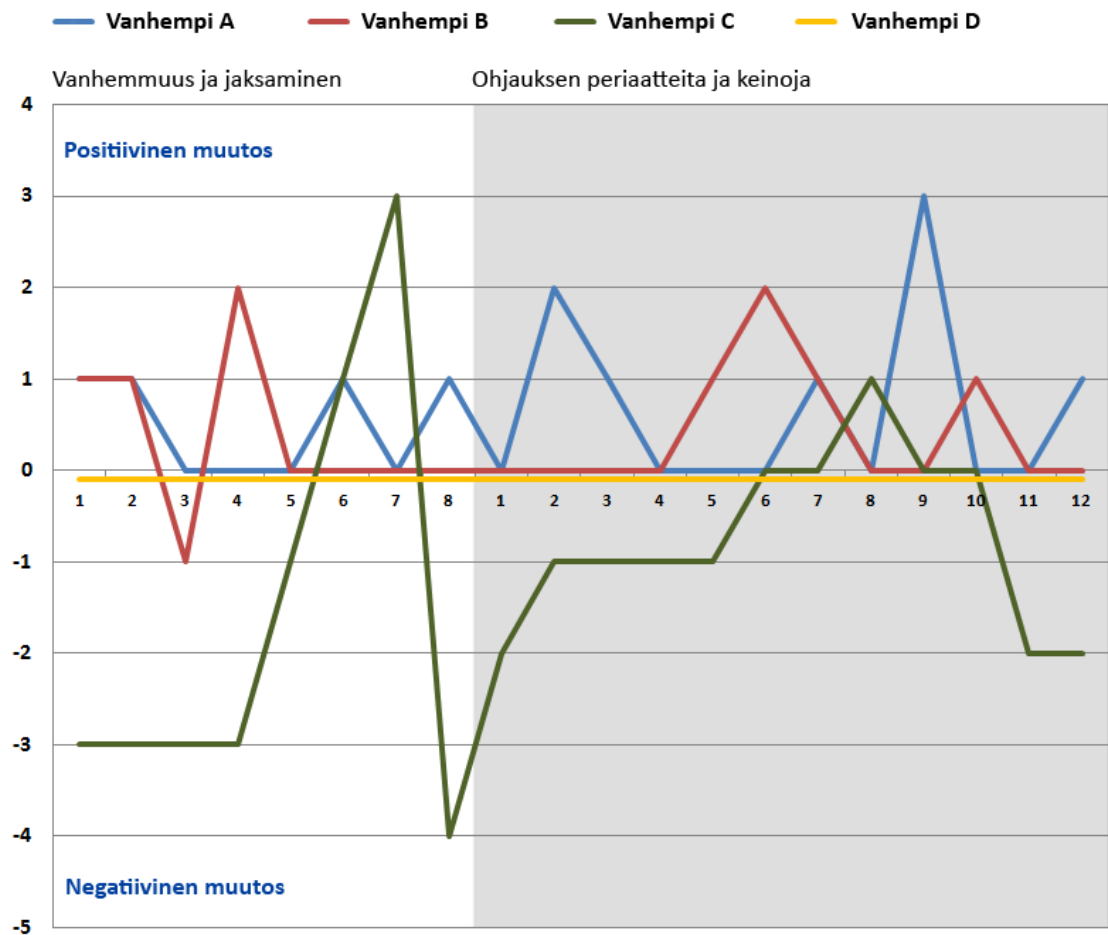
Vanhempi B koki positiivista muutosta tapahtuneen eniten ensimmäisen osion väittämässä 4 ("Tunnen ärtymystä lasta kohtaan") ja toisen osion väittämässä 6 ("Kommennan lasta huutamalla"). Positiivista muutosta tuli myös ensimmäisen osion väittämässä 1 ("Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa") ja 2 ("Koen väsymistä kasvattajana") sekä toisen osion väittämässä 5 ("Rankaisen lasta fyysisesti"), 7 ("Menetän malttini") ja 10 ("Juttelen lapsen kanssa"). Ensimmäisen osion väittämään 3 ("Tunnen syyllisyyttä vanhempana") vanhempi koki tapahtuneen negatiivista muutosta. Tästä voidaan päätellä, että ryhmäkerrat, joilla on käsitelty rajojen asettamista ja palkintojen käyttämistä ovat olleet vanhemmalle hyödyllisiä. Vanhempi kokee juttelewansa enemmän lapsen kanssa, joten jakamattoman huomion antaminen -ryhmäkerta on ollut todennäköisesti hänelle hyödyksi. Vanhemman mielestä keinottomuus, väsyminen ja ärtymys olivat vähentyneet, joten ryhmä on mitä ilmeisimmin tuonut hänelle voimavaroja vanhemmuuteen. Vanhempi B tunsikin syyllisyyttä vanhempana enemmän ryhmän jälkeen. Keskustelua kahvitellen -ryhmässä käsiteltiin asioita melko syvällisesti, mikä on voinut nostaa pintaan monenlaisia tuntemuksia. Ohjaajien tai muiden vanhempien kommentit ryhmän aikana saattoivat vaikuttaa syyllisyyden kokemiseen. Ei voida kuitenkaan varmuudella sanoa, johtuiko muutos ryhmästä vai vaikuttivatko ryhmän ulkopuoliset asiat tilanteeseen.

Vanhemman C kokemat muutokset leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyssä (liite 4) olivat pääosin negatiivisia. Hänen mukaansa negatiivista muutosta tapahtui ensimmäisen osion väittämässä 1, 2, 3, 4, 5 ja 8 sekä toisen osion väittämässä 1, 2, 3, 4, 5, 11 ja 12. Tutkijat epäilevät, että ryhmässä käsiteltyjen asioiden ja ohjauskeinojen siirtäminen arkeen oli vanhemmalle haastavaa, eikä uusia asioita ollut lyhyellä aikavälillä helppo omaksua. Muutokset saattoivat johtua osittain myös ryhmän ulkopuolisista asioista. Vanhempi tunsikin muutosta positiivisen suuntaan tapahtuneen ensimmäisen osion väittämien 6 ("Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia") ja 7 ("Nautin yhteisistä hetkistä lapsen kanssa") kohdalla

sekä toisen osion väittämässä 8 ("Moitin tai syyllistän lasta"). Näyttäisi, että vanhemmalle oli merkityksellistä kuulua ryhmään, koska ryhmässä oli mahdollista puhua kasvatukseen ja vanhemmuuteen liittyvistä asioista sekä saada vertaistukea. Jakamattoman huomion antaminen ja hyvän huomaaminen lapsessa -ryhmäkerrat näkyvät luultavimmin pienenä positiivisena muutoksena vanhemmuuden kokemisessa.

Vanhempi D ei kokenut muutosta tapahtuneen yhdessäkään väittämistä. Kertomansa mukaan hänellä ei ollut ryhmän aikana kasvatuksellisia haasteita lapsen kanssa.

Vanhemmat täyttivät leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn niin ryhmän alkaessa kuin sen päättyessäkin. Kyselyssä selvitettiin heidän sen hetkisiä kokemuksiaan vanhemmuudesta ja lapsenohjauskeinoista. Kuviossa 2 tarkastellaan **muutoksia** heidän kokemuksissaan. Kuvion vaaka-akselilla esiintyvät kyselyn väittämät: vasemmalta oikealle väittämät 1–8 osiosta vanhemmuus ja jaksaminen sekä väittämät 1–12 osiosta ohjauksen periaatteita ja keinoja. Kukin vanhempi on merkitty kuvioon omalla värillään. Käyrän nouseminen tarkoittaa positiivista muutosta vanhemman kokemuksessa, laskeminen puolestaan negatiivista muutosta. Käyrän sijoittuminen 0-tasolle tarkoittaa, että muutosta ei tapahtunut.



KUVIO 2. Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kyselyn muutokset ryhmän päättyessä

9 POHDINTA

9.1 Luotettavuuden arviointi

Tutkimuksessa käytettiin toimintatutkimukselle tyypillisesti monenlaisia aineistonkeruumenetelmiä. Aineiston keräämiseen käytetyt kyselyt osoittautuivat hyviksi ja niillä saatiin vastauksia tutkimuskysymyksiin. Vanhemmat vastasivat kyselyihin itse, mikä vaikuttaa vastausten luotettavuuteen. Vanhempien vastauksiin on voinut heijastua muita arjen haasteita esimerkiksi väsymys työssä tai muulla elämän osa-alueella. Tieto tutkimukseen osallistumisesta saattoi vaikuttaa vanhempien arviointiin siten, että

omaa tilannetta on kuvattu todellisuutta paremmaksi. Toisaalta vanhemmilla on eniten tietoa omasta lapsestaan, lapsen käyttäytymisestä ja arjesta, joten he ovat luultavimmin parhaita arvioimaan lasta ja arkea.

Kaikki vanhemmat palauttivat kyselyt täytettyinä takaisin. Aikaa kyselyjen täyttämiseen pyrittiin varaamaan riittävästi viimeisellä ryhmäkerralla, mutta saattaa olla, että aikaa ei kuitenkaan ollut tarpeeksi. Esimerkiksi avoimiin kysymyksiin vanhemmat vastasivat lyhyesti tai eivät ollenkaan. Tämä voi johtua myös siitä, että kysymyksiä oli paljon ja niihin oli syvennyttävä. Tutkijat saivat ryhmän aikana paljon suullista palautetta vanhemmilta ja tämä saattoi osaltaan vähentää halua antaa kirjallista palautetta.

Tutkimuksen luotettavuuteen liittyy tutkimuksen lyhyt kesto ajallisesti sekä tutkimukseen osallistuneiden pieni määrä. Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kysely (liite 4) täytetään yleensä kuusi kuukautta intervention päättymisestä, mutta Keskustelua kahvitellen -ryhmän kohdalla kysely täytettiin viimeisellä ryhmäkerralla. Tässä tapauksessa lyhyellä aikavälillä muutosten näkymistä arjessa voi olla hankalaa arvioida tai vanhemmuuden kokemukseen vaikuttavat herkemmin muut asiat. Tutkimukseen osallistuneiden pieni määrä vaikuttaa siihen, että tulokset eivät ole yleistettävissä. Tulokset kuvaavat vain Keskustelua kahvitellen -ryhmän vanhempien kokemuksia ja näkemyksiä omasta vanhemmuudestaan. Tuloksissa on kuitenkin nähtävissä samoja piirteitä kuin muissa aiemmin esitellyissä vanhempien ryhmien tutkimuksissa.

9.2 Tutkimuksen ja toiminnan arviointi

Tutkimustulokset todistivat vanhempien vertaistukiryhmän hyödyllisyyden. Kaiken kaikkiaan vanhemmilta saatu palaute ryhmän toteutuksesta oli positiivista. Vanhempien hyvät kokemukset osoittivat, että toimintaa kannattaa yhä jatkaa. Tutkimusjoukko oli pieni ($n=4$), mutta saatuja tuloksia voidaan hyödyntää tulevien ryhmien suunnittelussa ja toteutuksessa HYVIpisteellä. Opinnäytetyö toimii esimerkkitapauksena, jonka avulla voi tutustua ryhmiin liittyvään teoriaan ja lähteä toteuttamaan vanhempien vertaisryhmiä. Kokemus vertaistukiryhmän ohjaamisesta vahvisti tutki-

joiden näkemystä siitä, että toimintaterapeutit voisivat hyödyntää osaamistaan tämän kaltaisten toimintojen ohjaamisessa nykyistä enemmän. Ennaltaehkäisevät tukimuodot ovat tärkeitä sekä yksilölle että yhteiskunnalle ja toimintaterapeutit voisivat olla osaltaan tarjoamassa ennaltaehkäiseviä palveluita.

Toimintojen ja keskustelunaiheiden sopivuutta tutkijat pohtivat luonnollisesti jo ryhmän suunnitteluvaiheessa. Tutkimustulokset Perhekoulusta antoivat tutkijoille varmuutta käytettävien toimintojen sopivuudesta Keskustelua kahvitellen -ryhmälle. Keskusteluaiheet valittiin Perhekoulun käsikirjaa sekä Vanhempana Vahvemmaksikirjaa hyödyntäen. Aiheet esiteltiin ensimmäisellä ryhmäkerralla vanhemmille, jolloin heillä oli mahdollisuus vaikuttaa aiheiden valintaan ja siten sopivuuteen juuri heille ja heidän arkeensa lapsen kanssa. Tuloksista käy ilmi, että vanhemmat olivat motivoituneita aiheisiin. Aiheisiin motivoitumisen välillä oli eroja, mutta erot olivat pieniä, joten aiheiden voidaan ajatella soveltuvan hyvin käytettäväksi muidenkin samankaltaisten ryhmien kanssa HYVIpisteellä. Ryhmän aikana keskusteluun nousi myös aiheita muun muassa lapsen kiusaamisesta ja kaverisuhteista. Aiheet olivat vanhemmille ajankohtaisia ja tulevaisuudessa ne voisivat olla myös varteenotettavia aiheita.

Keskustelua Kahvitellen -ryhmän tavoitteena oli tarjota vertaistukea ja keskustelumahdollisuutta lapsen haastavasta käyttäytymisestä sekä tukea vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Ryhmän avulla pyrittiin lisäämään vanhempien voimavaroja, jotta arki lapsen kanssa sujuisi paremmin. Keskusteluiden ja tehtävien kautta lisättiin sisäisiä voimavaroja vahvistamalla vanhempien luottamusta itseensä kasvattajana ja hallinnan tunnetta omaan arkeen liittyvissä asioissa. Ryhmä itsessään vaikutti positiivisesti ulkoisiin voimavaroihin: vanhemmat saivat esimerkiksi uusia sosiaalisia suhteita ryhmän kautta.

Keskustelua kahvitellen -ryhmä oli suljettu ryhmä, mikä mahdollisti asioiden syvällisemmän pohdiskelun ja vanhempien välille syntyvän syvemmän luottamuksen. Syvällisempään keskusteluun päästiin kuitenkin pitkälti vanhempien oman panoksen takia; vanhemmat rohkeasti käsittelivät asioita ja olivat avoimia uusille asioille. Vanhempien väliset suhteet ja keskinäinen vuorovaikutus olivat myös osaltaan vaikuttamassa

keskustelujen syvällisyyteen. Ryhmässä vanhemmat toivat esille omia tarpeitaan, ja tunnistamalla omia tarpeitaan saivat konkreettisia neuvoja arkeen ja oppivat toisilta ryhmäläisiltä. Ryhmän pieni koko myös edesauttoi syvällisten keskustelujen syntymistä. Pienessä ryhmässä kaikilla oli tilaa ja mahdollisuus puhua. Tutkijoiden mielestä tämän kaltaisten ryhmien sopiva koko olisikin 3-4 vanhempaa. Vanhempien määrää ei voi tästä enää vähentää, koska silloin ei ole mahdollista saada käyttöön ryhmän hyötyjä. Keskustelua kahvitellen -ryhmän jokainen ryhmäkerta kesti tunnin, mutta kokemus osoitti, että ryhmäkerran olisi kuitenkin parempi kestää pidempään. Ryhmäkerran aloitus vei aina oman aikansa eikä keskusteluissa päästy heti syvälliselle tasolle. Osittain tämän vuoksi keskustelut tuntuivat usein olevan vilkkaimmillaan juuri ennen ryhmäkerran loppumista.

9.3 Oman oppimisen arviointi

Tutkijat uskovat, että vanhemmuuden tukemiseen perehtymisestä ja vertaistukiryhmän ohjaamisesta on heille tulevana toimintaterapeutteina paljon hyötyä. Vertaistukiryhmän ohjaaminen oli tutkijoille uutta, eikä heillä ollut siitä aiempaa kokemusta. Omaan ammatilliseen kasvuun on kuitenkin kuulunut opinnoissa paljon ryhmän teorian liittyvää opiskelua ja opinnäytetyön myötä on ollut ilo päästä hyödyntämään jo opittua tietoa ja syventämään osaamista. Molemmat tutkijat huomasivat ohjaustaitojensa kehittyneen ja saaneen varmistusta ryhmän edetessä. Varmuus näkyi siinä, etteivät tutkijat jännittäneet virheitä ja tai epäonnistumisia. Tutkijat luottivat siihen, että selviytyvät hankalistakin tilanteista.

Ohjaajuudessa haastavaa oli tutkijoiden mielestä vanhempien huomioiminen yksilöllisesti. Tutkijat kuitenkin pyrkivät huomiomaan vanhempien yksilöllisiä vahvuuksia ja tuomaan esille asioita, joita vanhemmat eivät itse olleet huomanneet, mutta ne tulivat esille heidän puheestaan. Myös vanhempien huomioiminen tasavertaisesti oli haasteellista. Toiset vanhemmat saivat enemmän huomiota kuin toiset, vaikka tutkijoilla oli pyrkimys tasavertaisuuteen. Vanhempien erilaiset lähtötilanteet toivat lisähaastetta tutkijoille. Tutkijat pyrkivät huomioimaan erilaiset lähtötilanteet kysymyksillä ja siten saamaan vanhempia tasavertaisesti mukaan keskusteluun. Ryhmän ko-

koonpanoa suunniteltaessa onkin hyvä tarkasti valikoida ryhmään osallistujat. Kun vanhemmilla on mahdollisimman samankaltainen elämäntilanne, he todennäköisimmin hyötyvät ryhmästä enemmän.

Tutkijoiden mielestä haastavaa oli myös säädellä ohjaajuuden tasoa. Keskustelua kahvitellen -ryhmää piti osata ”lukea” ja omaa ohjaajuutta muuttaa sen mukaan kuinka paljon ryhmä kulloinkin tarvitsi ohjaamista. Enemmän ohjaajuutta vaativissa tilanteissa tutkijat muun muassa esittivät vanhemmille tarkentavia kysymyksiä aiheeseen liittyen, johdattelivat takaisin aiheeseen ja päättivät keskustelut. Kun tutkijat huomasivat ryhmän toimivan itseohjautuvasti, he pyrkivät antamaan ryhmälle tilaa toimia yhdessä. Tällä tavalla toimiessa toteutui yksi vertaistukiryhmän tavoitteista; vanhemmat antoivat tukea toisilleen ja etsivät ratkaisuja ongelmiin yhdessä.

Tutkijoiden keskinäinen työskentely sujui sopuisasti ja luontevasti, vaikka heillä ei ollut aiempaa yhteistä kokemusta ryhmän ohjaamisesta. Molemmat luottivat toisen kykyihin ryhmänohjaajana ja olivat valmiita auttamaan hankalissa tilanteissa. Ryhmää suunniteltaessa asioista keskusteltiin paljon, eivätkä tutkijat aina olleet samaa mieltä asioista. Tutkijat kuitenkin onnistuivat näkemään erilaiset näkemykset ryhmää ja työskentelyä rikastuttavana, eikä se haitannut työskentelyä. Ryhmäkerroille osallistui myös HYVIpisteen toimintaterapeutti Suvi Salminen, jolta tutkijat saivat palautetta ryhmän jälkeen. Se auttoi seuraavien kertojen suunnittelussa sekä ohjaajuuden kehittämisessä.

9.4 Jatkotutkimusaiheet

Jatkotutkimuksena voitaisiin toteuttaa vanhemmille kysely, jolla kartoitettaisiin onko Keskustelua kahvitellen -ryhmän aikana saavutettu muutos ollut pysyvä. Kyselyn voisi toteuttaa esimerkiksi puolen vuoden kuluttua. Lisäksi voisi tutkia käyttävätkö vanhemmat edelleen tai ovatko ottaneet käyttöön ryhmässä esiteltyjä lapsenohjauskeinoja.

LÄHTEET

- Bardy, M. 2002. Mistä vanhemmuus tehdään? Teoksessa Onks ketään kotona? Toim. L. Kolbe ja K. Järvinen. Helsinki:Tammi, 41.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 4. p. Tampere: Vastapaino.
- Finlay, L. 1997. Groupwork in occupational therapy. Cheltenham: Stanley Thornes Ltd.
- Heikkinen, H. L. T. 2001. Toimintatutkimus – Toiminnan ja ajattelun taitoa. Teoksessa Ikku-noita tutkimusmetodeihin 1. Toim. J. Aaltola ja R. Valli. Jyväskylä: PS-kustannus, 170-171, 176-178.
- Heikkinen, H. L. T. & Jyrkämä, J. 1999. Mitä on toimintatutkimus? Teoksessa Siinä tutkija mis-sä tekijä. Toim. H. L. T. Heikkinen, R. Huttunen ja P. Moilanen. Jyväskylä: Atena kustannus, 34, 36, 40, 44.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15.p.,uud. Helsinki: Kustannus-osakeyhtiö Tammi.
- Holvikivi, J. & Kallonen, T. 1998. Toimiva ryhmä – todellisuus koetuksella. Teoksessa Toimintaterapia -tie omatoimisuuteen. Toim. J. Holvikivi. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy, 47-50.
- Howe, M. C. & Schwartzberg, S. L. 1995. A functional Approach to Group Work in Occupational Therapy. 2. p. Philadelphia: J. B. Lippincott Company.
- Hyypä, M. T. 2005. Me-hengen mahti. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Häggman-Laitila, A. 2003. Early support needs of Finnish families with small children. Journal of Advanced Nursing 41, 595-606. Viitattu 2.12.2010. <http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, EBSCO
- Häggman-Laitila, A. 2007. Perceived Benefits on Family Health of Small Groups for Families With Children. Public Health Nursing, Vol 24, No. 3, 205–216. Viitattu 2.12.2010. <http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, EBSCO.
- Jyrkämä, O. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Vertaistoiminta kannattaa. toim. T.Laatikainen. Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Kangaspunta, R., Kilkku, N., Kaltiala-Heino, R. & Punamäki, R-L. 2005. Lapsiperheiden psykososiaalinen tukeminen. Pirkanmaan mielenterveystyön hankkeen Peruspalvelutiimi- ja perheen hyvinvointineuvola -projektin loppuraportti 2002 – 2004. Pirkanmaan sairaanhoitopiirin julkaisuja 1/2005. Tampere.

Katajisto, O. & Tuominen, E. 2006. "Kyllä sitä välillä ollaan niin nokat vastakkain" Tutkimus koskien ylivilkkaiden leikki-ikäisten ja muiden samanikäisten lasten vanhemmuutta sekä perhekoulu-intervention vaikuttavuutta. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Psykologian laitos. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 23.8.2010.

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11138/URN_NBN_fi_jyu-2006552.pdf?sequence=1

Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2008. Minä ryhmässä. Teoksessa Ryhmästä enemmän: käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Toim. M. Raatikainen. Helsinki: SMS-tuotanto, 25-26.

Keskihajonta – määrittely. n. d. Tilastollisia menetelmiä. Verkkoympäristössä toimiva opetushallituksen opiskelumateriaali. Viitattu 3.12.2010.

http://www03.edu.fi/oppimateriaalit/tilastomatikka/haj_5.html

Kivijärvi, S., Rönkä, A. & Hyväluoma, J. 2009. Vanhemmuus arjessa: neuvottelua, hässäköitä ja hassuttelua. Teoksessa perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Toim. A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä. Jyväskylä: PS-Kustannus, 48-49.

Kuusinen, K-L. 1995. Motivaatio. Teoksessa Kasvatuspsykologia. Toim. J. Kuusinen. Juva: WSOY, 196.

Laimio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Vertaistoiminta kannattaa. toim. T. Laatikainen. Asumispalvelusäätiö ASPA, 10, 12, 15-16, 18.

Lasten ja nuorten ryhmät ja terapiat HYVIpisteellä. 2010. Jyväskylän ammattikorkeakoulun HYVIpisteen esite.

Paavola, A. 2004. Lopuksi. Teoksessa Perhe keskiössä. Ideoita yhteistyöhön perheiden parhaaksi; kokemuksia Ruotsin Leksandista ja useista Suomen kunnista. Toim. A. Paavola. Lastensuojelun keskusliitto, 63. Viitattu 10.12.2010. <http://www.lskl.fi/files/133MNFHVVZx.pdf>

Rantala, A. 2002. Perhekeskeisyys- puhetta vai todellisuutta? Työntekijöiden käsitykset yhteistyöstä erityistä tukea tarvitsevan lapsen perheen kanssa. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.

Rasila, M. & Pitkonen, M. 2009. Hyvä ryhmä, toimiva tiimi. Helsinki: Yritys-kirjat Oy.

Ryhmän kehittyminen. n.d. Avaintoimija.net. Luottamushenkilöille ja ohjaajille. Järjestötoimintaan sekä ohjaamiseen ja vuorovaikutustaitoihin liittyvä sivusto. Viitattu 20.6.2010.

http://www.avaintoimija.net/sivu.php?artikkeli_id=43

Rönkä, A. & Piippo, J. 2010. Perheiden hyvinvointi ja terveys. Viitattu 12.12.2010.

<http://www.jamk.fi/yrityksille/sosiaalijaterveysala/perheidenhyvinvointi>

Salmi, E-L. 2008. The family school. The impact of a group training programme on overactive hard-to manage preschool children and their parents. Turku: Åbo akademi Väitöskirja. Yhteiskunta- ja hoitotieteellinen tiedekunta. Sosiaalitieteiden laitos. Viitattu 27.8.2010.

<http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/38679/salmiEeva.pdf?sequence=2>

Sandberg, S., Santanen, S., Jansson, A. & Lauhaluoma, H. (toim.) 2002. Perhekoulun käsikirja. Käytännönopas vanhemmille. Suomen Lastenhoitoyhdistys.

Siltaniemi, A., Perälahti, A., Eronen, A. & Londén, P. 2007. Hyvinvointi, palvelut ja elämänlaatu Keski-Suomessa. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Tasola, S. & Lajunen, K. 1997. Vanhempana vahvemmaksi. Vanhempien valmennusohjelma. Jyväskylä.

Toimintakykyä arkeen ja voimavaroja työelämään. 2010. Jyväskylän ammattikorkeakoulun Internet-sivut. Palvelut yleisölle. HYVIpiste. <http://www.jamk.fi/yleisolle/hyvinvointipalvelut> Viitattu 7.1.2011.

Vertaistoiminnan perusteet. n.d. Verkojulkaisu Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton Internet-sivuilla. Viitattu 18.6.2010. www.stkl.fi/vertsi-j.html

Vilén M., Leppämäki P. & Ekström L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3. p.,uud. Helsinki: WSOY

Vesterlin, H. 2007. Voimavaroja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Lapsiperheiden vanhempien kokemuksia tukiryhmätoiminnasta. Pro gradu. Tampereen Yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta, Hoitotieteen laitos. Viitattu 5.11.2010. <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01965.pdf>

LIITTEET

Liite 1. Tiedote Keskustelua kahvitellen -ryhmästä



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

TERVETULOA KESKUSTELUA KAHVITELLEN -ryhmään



Olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa ja teemme opinnäytetyötä vanhemmuuden tukemisesta. Olemme saaneet tutkimusluvan Jamkin Hyvinvointiyksiköstä.

Keskustelua kahvitellen -ryhmä antaa mahdollisuuden keskusteluun ja vertaistukeen kahvikupposen äärellä. Joka ryhmäkerralle tuomme uuden aiheen, jota käsitellään yhdessä keskustellen ja kokemuksia jakaen. Keskusteluaiheisiin liittyy myös pieniä vapaaehtoisia kotona tehtäviä pohtimistehtäviä.

Ryhmä kokoontuu [REDACTED] aikana kahdeksan kertaa [REDACTED], alkaen [REDACTED]. Ryhmää ohjaa kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa, jotka tekevät opinnäytetyötään ryhmästä. Ryhmässä on mukana myös toimintaterapeutti Suvi Salminen.

Liite 2. Lupa-anomus vanhemmille



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Lupa-anomus

() Annan luvan käyttää alkua- ja loppukyselyä (liite1) ja palautekyselyä (liite2) sekä opiskelijoiden tekemiä havainnointimuistutuksia ryhmästä opinnäytetyön aineistona.

Olen tietoinen siitä, että kaikki tiedot käsitellään nimettömästi ja luottamuksellisesti. Valmiista opinnäytetyöstä kaikki tunnistettavuustiedot on poistettu.

päivämäärä, allekirjoitus ja nimenselvennys

Liite 3. Palautekysely



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Marjan ja Sannan opinnäytetyön PALAUTEKYSELY
Kysely muokattu HYVipisteen ryhmäpalautekyselystä.

M.T. & S.S

KESKUSTELUA KAHVITELLEN –ryhmä

päivämäärä

Rengastakaa mielestänne sopivin vaihtoehto.

- 1 Täysin eri mieltä
- 2 Jokseenkin eri mieltä
- 3 En osaa sanoa
- 4 Jokseenkin samaa mieltä
- 5 Täysin samaa mieltä

Asiakaspalvelu:

- | | |
|---|-----------|
| 1. Minua palveltiin ystävällisesti | 1 2 3 4 5 |
| 2. Palvelu oli asiantuntevaa | 1 2 3 4 5 |
| 3. Palvelu oli joustavaa | 1 2 3 4 5 |
| 4. Palvelu oli asiakaslähtöistä | 1 2 3 4 5 |
| 5. Mitä muuta haluaisitte kertoa asiakaspalvelusta? | |

HYVipisteen tilat:

- | | |
|---|-----------|
| 1. Opastus HYVipisteen tiloihin oli selkeä | 1 2 3 4 5 |
| 2. Asiakastilat olivat viihtyisät | 1 2 3 4 5 |
| 3. Asiakas-/harjoittelutilat olivat rauhalliset | 1 2 3 4 5 |
| 4. Mitä muuta haluaisitte sanoa tiloistamme? | |

HYVipiste, Hyvinvointipalvelutoiminnan oppimiskeskus
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Hyvinvointiyksikkö
Keskussairaalan tie 21 E
40620 JYVÄSKYLÄ
Puh. 040 – 3543 044



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Ryhmätoiminnan toteutus:

- | | |
|--|-----------|
| 1. Ryhmässä tapahtuva toiminta vastasi odotuksiani | 1 2 3 4 5 |
| 2. Koin ryhmän ilmapiirin hyväksi | 1 2 3 4 5 |
| 3. Ohjaajan toiminta oli asiantuntevaa | 1 2 3 4 5 |
| 4. Toiminnan sisältö oli tarkoituksenmukaista | 1 2 3 4 5 |
| 5. Ryhmässä jaetut materiaalit olivat hyödyllisiä | 1 2 3 4 5 |
| 6. Minua on huomioitu ryhmässä yksilöllisesti | 1 2 3 4 5 |
| 7. Sain uusia ideoita kasvatukseen liittyen | 1 2 3 4 5 |
| 8. Ryhmäkertojen määrä oli sopiva | 1 2 3 4 5 |

9. Ryhmäkoko oli mielestäni sopiva kyllä__ ei__

Mikäli vastasitte ei, mikä on mielestänne sopiva ryhmäkoko? _____

10. Olen kiinnostunut jatkamaan ryhmätoimintaa kyllä__ ei__

Ryhmäkertojen aiheet:

- | | | |
|----|--|-----------|
| 1. | Verkostokartta | |
| | Aihe oli motivoiva | 1 2 3 4 5 |
| | Aihe oli ajankohtainen | 1 2 3 4 5 |
| 2. | Hyvän huomaaminen lapsessa | |
| | Aihe oli motivoiva | 1 2 3 4 5 |
| | Aihe oli ajankohtainen | 1 2 3 4 5 |
| 3. | Palkintojen käyttö | |
| | Aihe oli motivoiva | 1 2 3 4 5 |
| | Aihe oli ajankohtainen | 1 2 3 4 5 |
| 4. | Rajojen asettaminen | |
| | Aihe oli motivoiva | 1 2 3 4 5 |
| | Aihe oli ajankohtainen | 1 2 3 4 5 |
| 5. | Jakamattoman huomion antaminen lapselle | |
| | Aihe oli motivoiva | 1 2 3 4 5 |
| | Aihe oli ajankohtainen | 1 2 3 4 5 |



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Mitä muuta palautetta haluaisitte antaa toiminnastamme?

Ruusut

Risut

Kehittämisasiat

Kiitos palautteestanne!

Liite 4. Leikki-ikäinen ja vanhemmuus -kysely

LEIKKI-IKÄINEN JA VANHEMMUUS

Lapsen nimi: _____ Vastaaja: ____ äiti ____ isä

Nykytilanne. Kuinka usein koet vanhemmuudessasi seuraavia asioita ja missä määrin käytät seuraavia ohjauskeinoja lapsesi kanssa? (ympyröi kullakin rivillä yksi numero asteikolla 1 ...7).

1 = En lainkaan 2 = Hyvin harvoin 3 = Harvoin (kerran, pari kuukaudessa) 4 = Viikoittain 5 = Useamman kerran viikossa 6 = Lähes päivittäin 7 = Joka päivä

En lainkaan ----- Joka päivä

Vanhemmuus ja jaksaminen							
1. Koen keinottomuutta lapseni käyttäytymisen ohjaamisessa	1	2	3	4	5	6	7
2. Koen väsymistä kasvattajana	1	2	3	4	5	6	7
3. Tunnen syyllisyyttä vanhempana	1	2	3	4	5	6	7
4. Tunnen ärtymystä lasta kohtaan	1	2	3	4	5	6	7
5. Tunnen toivottomuutta ajatellessani lapseni tulevaisuutta	1	2	3	4	5	6	7
6. Voin jutella jonkun kanssa vanhemmuudestani ja jakaa kasvatuksen pulmia	1	2	3	4	5	6	7
7. Nautin yhteisistä hetkistä lapseni kanssa	1	2	3	4	5	6	7
8. Koen luottamusta itseeni ja kykyihini toimia vanhempana	1	2	3	4	5	6	7
Ohjauksen periaatteita ja keinoja							
1. Kehun ja kiitän lasta	1	2	3	4	5	6	7
2. Neuvottelen ja teen sopimuksia lapsen kanssa (esim. tulevasta tilanteista)	1	2	3	4	5	6	7
3. Pidän kiinni sovitusta säännöistä ja sääntöjen rikkomisen seuraamuksista	1	2	3	4	5	6	7
4. Käytän kovia fyysisiä otteita lapsen ohjaamisessa (kovakourasta käsittelyä)	1	2	3	4	5	6	7
5. Rankaisen lasta fyysisesti (esim. tukistan, annan luunapin ...)	1	2	3	4	5	6	7
6. Komennan lasta huutamalla	1	2	3	4	5	6	7
7. Menetän malttini (vihastun niin, että annan tunteelleni liikaa valtaa)	1	2	3	4	5	6	7
8. Moitin tai syyllistän lasta (esim. <i>Miksi olet niin tuhma/riivio ..., Taas sinä..., Miksi sinä aina ..., Sinä et koskaan ...</i>)	1	2	3	4	5	6	7
9. Palkitsen lasta (jotka sovittu lapsen kanssa: jos teet X, saat Y, esim. <i>Jos kaupassa käynti sujuu hyvin, saat jäätelön</i>)	1	2	3	4	5	6	7
10. Juttelen lapsen kanssa (päivän tapahtumista, kokemuksista, tulevasta...)	1	2	3	4	5	6	7
11. Annan nimen lapsen tunteille (esim. <i>Sinä olet nyt vihainen/surullinen</i>)	1	2	3	4	5	6	7
12. Varaan aikaa yhteiseen tekemiseen lapsen kanssa (leikki, pelit, ulkoilu ...)	1	2	3	4	5	6	7